



*คู่มือการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน*

**วัยใส ร่วมใจ**

**ป้องกันภัยทางเพศ**



คู่มือการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน

## วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ



สงวนลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2550 โดย มูลนิธิเพื่อผู้ด้อยโอกาสแห่งชาติ

มูลนิธิเพื่อผู้ด้อยโอกาสแห่งชาติ

ที่อยู่ : 426/22 หมู่บ้านกกกมล ตำบลริมกก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57100

โทรศัพท์ : 053 750167 แฟกซ์ : 053 750164

อีเมลล์ : [ecpat@loxinfo.co.th](mailto:ecpat@loxinfo.co.th) เว็บไซต์ [www.ecpat-thailand.org](http://www.ecpat-thailand.org)

พิมพ์ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ. 2550

รูปเล่ม/ภาพปกโดย มนิตา แนนกลาง

พิมพ์ที่ สำนักพิมพ์ศาลาแดง จำกัด



คำจัดทำรูปเล่ม จัดพิมพ์ และจัดทำกรผลิต สนับสนุนโดย

องค์กรแอ็ดแพทอินเตอร์เนชันแนล

328 ถ.พญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 โทรศัพท์ : 02 215 3388 แฟกซ์ : 02 215 8272

อีเมลล์ : [info@ecpat.net](mailto:info@ecpat.net) เว็บไซต์ [www.ecpat.net](http://www.ecpat.net)

# สารบัญ

|                       |   |
|-----------------------|---|
| บทนำ                  | 1 |
| คู่มือการอบรมหลักสูตร | 4 |
| กำหนดการอบรม          | 6 |

## หน่วยที่ 1. ทักษะชีวิต

|                          |    |
|--------------------------|----|
| -- การเตรียมความพร้อม    | 8  |
| -- มารู้จักกันเถอะ       | 10 |
| -- ดวงดาวแห่งความคาดหวัง | 12 |
| -- คำมั่นสัญญา           | 13 |
| -- บัดดี้ที่น่ารัก       | 14 |
| -- ป้ายชื่อใครเอ่ย?      | 15 |
| -- แบบอย่างที่น่าชื่นชม  | 16 |
| -- ฉันทคือฉันนี่ดีที่สุด | 17 |

## หน่วยที่ 2. วิเคราะห์สถานการณ์

|                       |    |
|-----------------------|----|
| -- วงจรชีวิตของมนุษย์ | 20 |
| -- คิดได้ไง           | 22 |

## หน่วยที่ 3. สิทธิเด็ก

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| -- เอ๊ะ นั่นภาพอะไร?        | 24 |
| -- ความจำเป็นความต้องการ    | 27 |
| -- แตกต่างแต่ไม่แตกแยก      | 28 |
| -- อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก | 29 |
| -- กลับไปที่ภาพคุณอีกครั้ง  | 30 |
| • เอกสารประกอบ 3.1          | 31 |
| • เอกสารประกอบ 3.2          | 32 |
| • เอกสารประกอบ 3.3          | 33 |

## หน่วยที่ 4. อนามัยการเจริญพันธุ์

|                            |    |
|----------------------------|----|
| -- บอลเพศ                  | 37 |
| -- เรื่องของวัยรุ่น        | 39 |
| -- ชั้นไหน หยัดใจไว้ให้เธอ | 41 |
| • เอกสารประกอบ 4.1         | 42 |
| • เอกสารประกอบ 4.2         | 43 |
| • เอกสารประกอบ 4.3         | 46 |

## หน่วยที่ 5. การแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก(CSEC)

|   |    |
|---|----|
| -- รู้จัก CSEC                                | 51 |
| -- เจาะลึก CSEC                               | 52 |
| -- บันไดงู รู้กฎหมายและเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง | 53 |
| • เอกสารประกอบ 5.1                            | 55 |
| • เอกสารประกอบ 5.2                            | 58 |
| • เอกสารประกอบ 5.3                            | 60 |

## ภาคผนวก

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 1. กิจกรรม “เกมวัดดวง”          | 67 |
| 2. กิจกรรม “ทักษะการป้องกันตัว” | 73 |
| 3. เพลงที่ใช้ในการอบรม          | 78 |

# คณะผู้จัดทำคู่มือ

1. คุณ อนงค์ลักษณ์รัตน์นา โพธาชัย
2. คุณ นาฏนารี หลวงมอย
3. คุณ นุจรศ ทะรินทร์
4. คุณ เพ็ญผกา กันจันะ
5. คุณ แสงวรรณ มณีวรรณ
6. คุณทัศนทิภา ราชเนตร
7. คุณมัลลิกา แซ่จ้าว
8. คุณสุนทร พิลาลัย
9. คุณอนงค์ พิลาลัย
10. คุณแก้วกาญจน์ ต้นหล้า
11. คุณนุชนารถ บุญคง
12. คุณชาญวิทย์ นามวงศ์
13. คุณจิรัฐติกาณ เสิศอารีกร
14. คุณกุสุมาลย์ ราชวงศ์
15. คุณประวิทย์ เอกเจริญสุข
16. คุณอรพณ หงส์โรจนภาคย์
17. คุณเกษณี จันทร์ตระกูล

## หน่วยงานที่เข้าร่วมพัฒนาคู่มือ

1. ศูนย์เพื่อน้องหญิง อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย
2. โรงเรียนบ้านห้วยไคร้ อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย
3. กลุ่มอาสาพัฒนาเด็ก อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย
4. มูลนิธิไว เอ็ม ซี เอ (กรุงเทพ) อำเภอดอกคำใต้ จังหวัดพะเยา
5. องค์การแรงงานระหว่างประเทศ สำนักงานโครงการ จังหวัดเชียงราย
6. กลุ่มพลังแห่งการเปลี่ยนแปลง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
7. มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

# บทนำ

มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (ECPAT Foundation) ได้ก่อตั้งในประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2541 โดยการสนับสนุนขององค์การเอ็คแพทสากล (ECPAT International) และได้จดทะเบียนเป็นนิติบุคคลในปี พ.ศ. 2545 มูลนิธิฯ เป็นองค์กรพัฒนาเอกชนที่ไม่แสวงหากำไร และไม่เกี่ยวข้องกับการเมือง มีภารกิจในการป้องกันและแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กทุกรูปแบบ อาทิ การค้าประเวณีเด็ก สี่อลามกเด็ก การใช้ประโยชน์ทางเพศจากเด็กในธุรกิจการท่องเที่ยว และการค้าเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ รวมทั้งการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กในรูปแบบอื่น ๆ เช่น การบังคับให้เด็กแต่งงานก่อนวัยอันควร การล่วงละเมิดเด็กทางเพศ เป็นต้น มูลนิธิฯ มีพื้นที่เป้าหมายในการดำเนินงานใน 8 จังหวัดภาคเหนือของประเทศไทย ได้แก่ แม่ฮ่องสอน เชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน พะเยา และเชียงราย

## สภาพปัญหา

สภาพปัญหาการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก อาทิ เช่น การค้าประเวณีเด็ก สี่อลามกอนาจารเด็ก และท่องเที่ยวเพื่อมีเพศสัมพันธ์กับเด็ก ยังคงเป็นปัญหาใหญ่ที่แก้ไม่ตกเพราะเป็นเรื่องที่ยอมรับกันว่า คือวิถีทางในการทำมาหากินที่ได้กำไรงามสำหรับนายหน้า รูปแบบของการค้าประเวณีจากเดิมที่เปิดเป็นสถานขายบริการทางเพศ เปลี่ยนไปเป็น ผับ บาร์ เบียร์ คาราโอเกะ ร้านอาหาร ร้านเสริมสวย ร้านอาหาร และอาบ อบ นวด หรือการติดต่อผ่านทางโทรศัพท์มือถือ และอินเทอร์เน็ต ทำให้ยากต่อการตรวจค้น จับกุม สถานการณ์ดังกล่าวทำให้เด็กตกอยู่ในภาวะเสี่ยงมากขึ้น โดยเฉพาะ เด็กชนเผ่า เด็กด้อยโอกาส เด็กไร้สัญชาติ รวมทั้งเด็กจากประเทศเพื่อนบ้านของประเทศไทย เช่น พม่า ลาว ที่อพยพเข้ามาหางานทำในประเทศไทย บางส่วนถูกแสวงหาประโยชน์ทางเพศและถูกชักจูงเข้าสู่กระบวนการค้าประเวณี

ในประเทศไทยเองพบว่าสภาพครอบครัวเด็กที่มีปัญหา ถูกสังคมทอดทิ้ง ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ เด็กถูกทารุณกรรมจากคนในครอบครัว การแพร่หลายของการบริโภคนิยมน เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้กลุ่มเด็กและเยาวชนมีค่านิยมให้ความสำคัญกับวัตถุ ตามแฟชั่น เลียนแบบดารา มีพฤติกรรมมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การเข้าถึงสื่อที่ไม่เหมาะสม เช่น ภาพลามกอนาจาร สื่อสะท้อนความรุนแรง

สภาพปัญหาของเด็กและเยาวชนดังกล่าว ทำให้เด็กบางส่วนมีผลการเรียนตกต่ำ มีปัญหาการตั้งครวัภในวัยเรียน จนต้องออกจากโรงเรียนกลางคัน อัตราการติดเชื้อ HIV ในกลุ่มเยาวชนสูงขึ้น เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ ขาดทักษะการคิดวิเคราะห์และแก้ไขปัญหา ขาดทักษะชีวิต ไม่มีภูมิคุ้มกันตนเอง ทำให้มีความเสี่ยงต่อการตกเป็นเหยื่อของการแสวงหาประโยชน์ การละเมิดทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ การล่วงละเมิดทางเพศ รวมทั้งการเข้าสู่กระบวนการค้าประเวณีเด็กเพิ่มมากขึ้น

ดังนั้นในเดือนเมษายน พ.ศ. 2549 องค์กรพันธมิตรและองค์กรเครือข่ายของมูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก ได้แก่ ศูนย์เพื่อน้องหญิง โรงเรียนบ้านห้วยไคร้ มูลนิธิอาสาพัฒนาเด็ก สาขาเชียงราย มูลนิธิไ. เอ็ม. ซี. เอ. (กรุงเทพฯ) สาขาพะเยา องค์กรแรงงานระหว่างประเทศ และกลุ่มพลังแห่งการเปลี่ยนแปลง ได้พบปะ พูดคุยและตกลงร่วมกันที่จะจัดทำหลักสูตรการฝึกอบรม “วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ” สำหรับเด็กและเยาวชนขึ้น คณะบุคคลที่เข้าร่วมโครงการนี้ได้เข้าการประชุมหลายครั้ง เพื่อกำหนดขอบเขต เนื้อหา วิธีการฝึกอบรม ยกเว้นหลักสูตร และมีการทดสอบหลักสูตรโดยการจัด

ค่ายเยาวชน ระยะเวลา 4 วัน 3 คืน ในเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2549 รวมทั้งการจัดประชุมเพื่อเรียบเรียง ปรับปรุงหลักสูตร ฉบับสมบูรณ์ในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2549 เพื่อให้ผู้ที่สนใจสามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบท และธรรมชาติ ความต้องการขององค์กรหรือของกลุ่มเป้าหมายของแต่ละองค์กร

### วัตถุประสงค์ของการจัดทำหลักสูตร

- เพื่อให้ผู้ทำงานด้านเด็กมีแนวทางในการจัดฝึกอบรมให้ความรู้ ความเข้าใจแก่เด็กในประเด็นเกี่ยวกับสิทธิเด็ก อนามัยเจริญพันธุ์ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก
- เพื่อรวบรวมเนื้อหา กระบวนการ เทคนิควิธีการให้ความรู้ในการป้องกันการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก
- เพื่อให้มีหลักสูตรที่เป็นรูปธรรม และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสม

### สาระสำคัญของหลักสูตร

หลักสูตร “วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ” ได้ครอบคลุมความรู้ ทักษะจากหลายประเด็น อาทิเช่น ทักษะชีวิต การคิดวิเคราะห์สถานการณ์ สิทธิเด็ก สิทธิมนุษยชน บทบาทหญิงชาย อนามัยเจริญพันธุ์ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ จากเด็ก โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 5 หน่วย ได้แก่

#### หน่วยที่ 1 ทักษะชีวิต

เป็นหน่วยที่มีเนื้อหาครอบคลุมถึงกิจกรรมเตรียมความพร้อม กระตุ้นผู้เข้ารับการอบรมก่อนเริ่มกิจกรรม การทำความรู้จักกัน กิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ที่ดี สร้างข้อตกลงในการทำกิจกรรมและการอยู่ร่วมกันในค่าย

#### หน่วยที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์

เป็นหน่วยที่มีเนื้อหามุ่งให้เกิดการวิเคราะห์สภาพปัญหาของสังคม เชื่อมโยงการวิเคราะห์ตนเอง การตระหนัก การเห็นคุณค่าของตนเองและการยอมรับผู้อื่น เพื่อเกิดความเข้าใจในภาวะความแตกต่างและสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้

#### หน่วยที่ 3 สิทธิเด็ก

เป็นหน่วยที่มีเนื้อหาครอบคลุมถึงความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมเชื่อมโยงกับอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ความเข้าใจอย่างชัดเจนถึงความแตกต่างของความจำเป็นและความต้องการ

#### หน่วยที่ 4 อนามัยการเจริญพันธุ์

เป็นเนื้อหาที่มุ่งให้เด็กและเยาวชนได้รับ ความรู้ ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น รวมทั้งภัยทางเพศที่อาจเกิดขึ้น มุ่งเสริมทักษะการปฏิเสธ การต่อรองและการคบเพื่อน

#### หน่วยที่ 5 ความรู้ว่าด้วยการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก Commercial Sexual Exploitation of Children (CSEC)

เป็นเนื้อหาที่ให้ความรู้ความเข้าใจ ที่มีความชัดเจนในนิยาม ความหมาย และรูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก (CSEC) ทักษะการป้องกันตนเองจากการถูกแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์ และรู้จักหน่วยงาน ที่จะสามารถประสานเพื่อขอรับความช่วยเหลือในกรณีที่ต้องเผชิญกับปัญหารวมถึงสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ด้วย

### การนำคู่มือไปใช้

เนื่องจากการรวบรวมและพัฒนาหลักสูตร “คู่มือวัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ” มีเจตนาที่จะทำให้นักศึกษามีเนื้อหาสมบูรณ์ครบถ้วนมากที่สุดเท่าที่สามารถทำได้ โดยไม่ได้นำข้อจำกัดเรื่องเวลา งบประมาณมาพิจารณาด้วย ในการนำหลักสูตรการฝึกอบรมนี้ไปใช้จึงอาจต้องปรับเน้น/ลด บางหัวข้อในบางหน่วย ให้มีความเป็นไปได้และเหมาะสมกับเงื่อนไขต่าง ๆ เช่น บริบทของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ความพร้อมด้านสถานที่ อุปกรณ์ ข้อจำกัดของงบประมาณ และระยะเวลา

# คู่มือการจัดอบรมหลักสูตร

## “วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ”

### สาระสำคัญ

เพื่อเสริมสร้างความรู้ ปรับเปลี่ยนทัศนคติ และเพิ่มเติมทักษะ ให้กับผู้เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับเรื่องสิทธิเด็ก อนามัยการเจริญพันธุ์ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก Commercial Sexual Exploitation of Children (CSEC)

### วัตถุประสงค์การจัดอบรม

1. เพื่อให้ความรู้และความตระหนักเรื่องสิทธิเด็ก อนามัยการเจริญพันธุ์ และ CSEC
2. เพื่อสามารถเผยแพร่ความรู้เรื่องสิทธิเด็ก อนามัยการเจริญพันธุ์ และ CSEC ได้ ทั้งในโรงเรียน และสาธารณะชน
3. เพื่อฝึกทักษะในการวิเคราะห์ปัญหา สาเหตุ การแก้ไขปัญหา และสามารถป้องกันตนเองได้

### กลุ่มเป้าหมาย

- เด็กและเยาวชน อายุระหว่าง 12 - 18 ปี

### ระยะเวลา

- 4 วัน 3 คืน

### เนื้อหาหลักสูตร

#### หน่วยที่ 1. ทักษะชีวิต

- การเตรียมความพร้อม
- มารู้จักกันเถอะ
- ดวงดาวแห่งความคาดหวัง
- คำมั่นสัญญา
- บัดดี้ที่น่ารัก
- ป้ายชื่อใครเอ่ย?
- แบบอย่างที่น่าชื่นชม
- ชั้นคือฉันนั่นดีที่สุด

#### หน่วยที่ 2. วิเคราะห์สถานการณ์

- วงจรชีวิต
- คิดได้ไง

### หน่วยที่ 3. สิทธิเด็ก

- เอ๊ะ นันภาพอะไร?
- กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว
- ความจำเป็นความต้องการ
- แตกต่างแต่ไม่แตกแยก
- อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก
- กลับไปที่ภาพของคุณอีกครั้ง

### หน่วยที่ 4. อนามัยการเจริญพันธุ์

- บอลเพศ
- เรื่องของวัยรุ่น
- ชั้นไหน หยุดใจไว้ให้เธอ

### หน่วยที่ 5. ความรู้ที่ช่วยการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก

- รู้จัก CSEC
- เจาะลึก CSEC
- บันไดงู ฎีกาหมายและเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

### ภาคผนวก

- กิจกรรม “เกมวัดดวง”
- กิจกรรม “ทักษะการป้องกันตัว”
- เพลงที่ใช้ในการอบรม

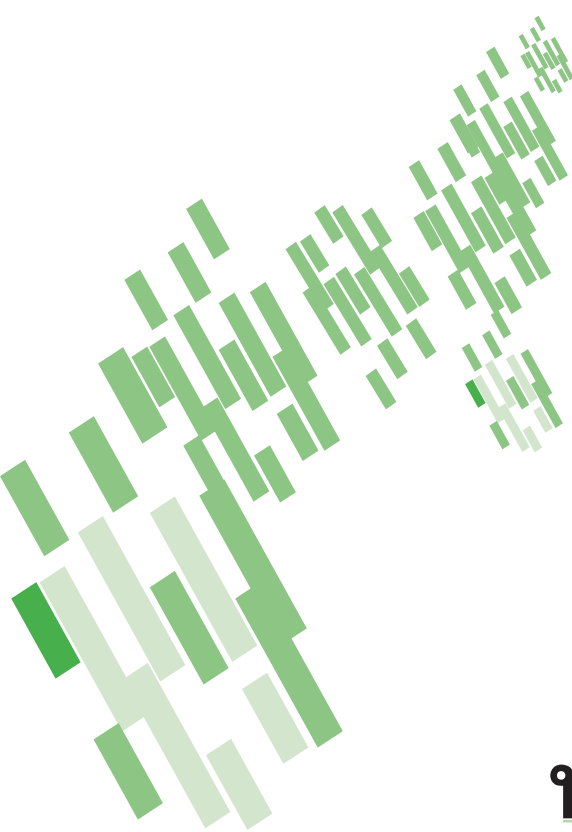
### ร่วมจัดทำโดย

1. ศูนย์เพื่อน้องหญิง อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย
2. โรงเรียนบ้านห้วยไคร้ อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย
3. กลุ่มอาสาพัฒนาเด็ก อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย
4. มูลนิธิไว เอ็ม ซี เอ (กรุงเทพ) อำเภอดอกคำใต้ จังหวัดพะเยา
5. องค์การแรงงานระหว่างประเทศ สำนักงานโครงการ จังหวัดเชียงราย
6. กลุ่มพลังแห่งการเปลี่ยนแปลง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
7. มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

## กำหนดการอบรม

### “วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ”

| วันที่ / เวลา                                | วันที่ 1   | วันที่ 2   | วันที่ 3   | วันที่ 4  |
|--|--|--|--|---|
| <b>ช่วงเช้า</b><br>08.30<br>-<br>12.00 น.    |  | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>ทักษะชีวิต (ต่อ)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ป้ายชื่อใครเอ่ย ?</li> <li>• แบบอย่างที่น่าชื่นชม</li> <li>• ฉันทันคือฉันทันดีที่สุดใน</li> </ul> <b>หน่วยที่ 2</b><br><b>วิเคราะห์สถานการณ์</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• วงจรชีวิต</li> </ul> | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>สิทธิเด็ก (ต่อ)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ความจำเป็นความต้องการ</li> <li>• แตกต่างแต่ไม่แตกแยก</li> <li>• อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก</li> <li>• กลับไปที่ภาพของคุณอีกครั้ง</li> </ul> | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>หน่วยที่ 5</b><br><b>ความรู้ว่าด้วย CSEC</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• รู้จัก CSEC</li> <li>• เจาะลึก CSEC</li> <li>• บันไดงู รู้กฎหมายและเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง</li> </ul>  |
| <b>ช่วงกลางวัน</b><br>13.00<br>-<br>17.00 น. | เดินทางถึงสถานที่<br>อบรมและลงทะเบียน  | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>วิเคราะห์สถานการณ์</b><br>(ต่อ) <ul style="list-style-type: none"> <li>• คิดได้ไง</li> </ul> <b>หน่วยที่ 3</b><br><b>สิทธิเด็ก</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• เอ๊ะ นันภาพอะไร ?</li> </ul>   | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>หน่วยที่ 4</b><br><b>อนามัยการเจริญพันธุ์</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• บอลเพศ</li> <li>• เรื่องของวัยรุ่น</li> <li>• ขึ้นไหน หยุดใจไว้ให้เธอ</li> </ul> # ทักชะสัมพันธ์ #              | <b>อื่นๆ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทักชะการป้องกันตัว</li> <li>• แผนงานของเด็กและเยาวชน</li> <li>• ประเมินผล</li> <li>• เฉลยบัดดี้/กิจกรรมเปิดใจ</li> <li>• แจกวุฒิบัตร</li> <li>• ปิดการอบรมโดยการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน</li> </ul> |
| <b>ช่วงกลางคืน</b><br>19.00<br>-<br>21.00 น. | <b>หน่วยที่ 1</b><br><b>ทักษะชีวิต</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• เตรียมความพร้อม</li> <li>• มารู้จักกันเถอะ</li> <li>• ดวงดาวแห่งความคาดหวัง</li> <li>• คำมั่นสัญญา</li> <li>• บัดดี้ที่น่ารัก</li> </ul> | # ทักชะสัมพันธ์ #<br><b>สิทธิเด็ก (ต่อ)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว</li> </ul>   | # ทักชะสัมพันธ์ #<br># เกมวัดดวง (ทบทวนความรู้ประจำวัน)  |   |



*หน่วยที่ 1*

---

# ทักษะชีวิต

---

# 1. กิจกรรม “การเตรียมความพร้อม”

(เวลา 30 นาที)

## ■ กิจกรรมการเตรียมความพร้อมก่อนเริ่มการอบรม

- สร้างความรู้สึกให้ผู้เข้าอบรม ด้วยภาพหญิงชราใบหน้าเหี่ยวย่น สื่อถึงผู้เข้าอบรมที่ยังไม่ทราบวัตถุประสงค์ของการอบรม อาจมาด้วยความไม่เต็มใจ ถูกเลือก บังคับให้เข้าอบรมด้วยความงุนงง สงสัย ไม่มีความสุข
- ภาพนางฟ้า จากภาพหญิงชราใบหน้าแก่ ที่กลับภาพตรงกันข้าม สื่อถึงหากเข้าอบรมด้วยความสนใจ ตั้งใจและอยู่ร่วมกับกิจกรรมจนครบกระบวนการ ก็จะได้รับความรู้ ความเข้าใจและมีศักยภาพ
- ให้ดูภาพใบหน้าคนที่มีตาโต ใบหูใหญ่ ปากเล็ก ที่สื่อให้เกิดผลดีของการอบรม
  - ตาโต สื่อถึงการดู ในระหว่างการอบรมให้ดูด้วยความตั้งใจ สนใจ
  - ใบหูใหญ่ สื่อถึงการฟัง ในระหว่างการอบรมให้ฟังด้วยความตั้งใจ สนใจ
  - ปากเล็ก สื่อถึงการพูด ในระหว่างการอบรมให้พูดเมื่อจำเป็นหรือเมื่อให้พูด

## ■ กิจกรรมทดสอบการฟัง การดูและการพูด ( หู ตา ปาก )

- ทดสอบการได้ยินโดย ให้ทำตามคำสั่งของวิทยากร เช่น คำสั่งให้ปรบมือ 1 ที 2 ที 3 ที แล้วให้กล่าวคำขวัญหรือ Motto ของรุ่นการอบรม
- ทดสอบการดูและการพูด วิทยากรทำท่าทางประกอบคำพูดคล้องจองหรือประโยค เช่น

### \*ชุดที่ 1\* แดงโมลูกใหญ่ (ใช้มือทำท่าทางลูกแดงโมที่ใหญ่ที่สุดของแต่ละคน)

- ฝ่าเป็นสองซีก (ใช้มือทำท่าทางการฝ่าลงบนกลางฝ่ามือของตนเอง)
- ซีกหนึ่งให้เธอ (ใช้มือทำท่าทางยื่นแดงโมให้คนข้างๆ)
- ซีกหนึ่งให้ฉัน (ใช้มือทำท่าทางเอาแดงโมให้กับตัวเอง)
- สื่อถึงการรู้จักให้ การรับ และเป็นการฝึกทักษะความจำด้วย

### \*ชุดที่ 2\* แม่น้ำแม่โขง (ทำท่าทางโดยเอามือประสานกันอยู่เหนือศีรษะ)

- ไหลจากสวรรค์ (ใช้มือทำท่าทางน้ำไหลจากบนลงล่าง)
- ไหลผ่านบ้านฉัน (ใช้มือทำท่าทางน้ำไหลเข้าหาตัวเอง)
- ไหลผ่านบ้านเธอ (ใช้มือทำท่าทางน้ำไหลไปหาคนข้างๆ)

### \*ชุดที่ 3\* พระวัดเส้าหลิน (ทำท่าทางกำมือซ้ายวางบนหัว กำมือขวาวางหน้าท้องตนเอง)

- ออกบิณฑบาต (ทำท่าทางเหมือนพระอุ้มบาตร)
- พวกเราใส่บาตร (ทำท่าทางเหมือนใส่บาตร)
- พวกเราสุขใจ (ทำท่าทางหล่อโดยเอานิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้อยู่ระหว่างคาง)

## ข้อเสนอแนะ

วิทยากรควรที่จะนำเป็นตอนๆ แล้วให้ผู้อบรมทบทวนความจำแล้วให้ทำพร้อมกัน อย่างต่อเนื่องทั้ง 3 ชุด หรืออาจพูดเป็นภาษาท้องถิ่นจะทำให้ง่ายและสนุกมากยิ่งขึ้น

## ■ กิจกรรมการกระตุ้นผู้เข้าอบรม (เน้นความสนุกสนาน ตื่นเต้น เร้าใจ )

- ตบมือ 5 จังหวะ เริ่มจากให้พูด หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ใช้นิ้วชี้ขวา เคาะลงแล้วนับ หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ใช้นิ้วชี้ซ้าย เคาะลง แล้วนับ หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ใช้นิ้วชี้ทั้งสองข้าง เคาะลงแล้วนับ หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ปรบมือพร้อมนับ หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ตบหน้าขาตนเองทั้งสองข้างพร้อมนับ หนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ตบหัวไหล่ตนเองทั้งสองข้างพร้อมนับหนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - เคาะศีรษะตนเองทั้งสองข้างพร้อมนับหนึ่งสอง - สามสี่ - ห้า
  - ให้ทุกคนยืนขึ้นอย่างรวดเร็วเอามือแตะที่เอวแล้วโยกไปทางซ้ายนับหนึ่งโยกไปทางขวา นับสอง โยกซ้ายขวาอย่างรวดเร็ว นับสามสี่ ห้า แล้วรีบนั่งลงใครนั่งช้าให้ออกมาทำกิจกรรมพิเศษหน้าห้องประชุม.....
- ตบมือ 10 จังหวะ เริ่มจากการฝึกนับ หนึ่งสอง หนึ่งสองสาม หนึ่งสอง หนึ่งสอง หนึ่ง (1-2 / 1-2-3 / 1-2 / 1-2 / 1) ฝึกนับพร้อมกับเคาะนิ้วชี้ขวา ซ้าย ทั้งสองข้าง เมื่อนับคล่องแล้ว
  1. ให้ปรบมือ 10 จังหวะพร้อมนับด้วย
  2. ให้ปรบมือ 9 จังหวะพร้อมนับ จังหวะที่ 10 ให้ปรบมือไม่ให้ถูกกัน แล้วเปล่งเสียงคำว่า “ วิด ”
  3. ให้ปรบมือ 9 จังหวะพร้อมนับ จังหวะที่ 10 ให้เอามือป้องปากแล้วเปล่งเสียงคำว่า “ หู้ ”
  4. ให้ปรบมือ 9 จังหวะพร้อมนับ จังหวะที่ 10 ให้เอามือทำท่าวันทยาหัตถ์แล้วเปล่งเสียงคำว่า “ เอ้ ”
  5. ให้ปรบมือ 9 จังหวะพร้อมนับ จังหวะที่ 10 ให้เอามือไว้ข้างไหล่ทั้งสองข้างขยับนิ้วมือแล้วเปล่งเสียงคำว่า “ ตู๊แหงว ๆ ”
  6. ให้ปรบมือ 9 จังหวะพร้อมนับ จังหวะที่ 10 ให้พนมมือแล้วไหว้กันพร้อมเปล่งเสียงคำว่า “ สวัสดีครับ / ค่ะ ”

## ข้อเสนอแนะ

อาจเพิ่มเติมในการเปล่งเสียงพูดพร้อมท่าทางประกอบให้มากกว่านี้ได้ตามความเหมาะสม

- กิจกรรมเพลงสร้างความรู้สึกละ
- เพลง “คุณคือส่วนหนึ่งของความสำเร็จ”
- เพลง “พลัง”

หมายเหตุ \* ดูเพิ่มเติมในภาคผนวก 3

## 2. กิจกรรม “มารู้จักกันเถอะ”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

### สาระสำคัญ

ผู้เข้าอบรมได้มีโอกาสทำความรู้จักกัน

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมฝึกทักษะในการหาเพื่อน รู้จักเพื่อน

### 2.1 นาฬิกามิตรภาพ

#### ขั้นตอน

1. แจกกระดาษรูปนาฬิกาให้ผู้เข้าอบรม
2. ให้ทุกคนเข้าไปคุยกับผู้เข้าอบรมคนอื่นๆ แนะนำตัวต่อกัน และนัดหมายกันในช่องเวลาของนาฬิกา ตั้งแต่ บ่ายโมง ถึงเที่ยงคืน โดยเขียนชื่อของเพื่อนพร้อมด้วยกิจกรรมที่นัดหมาย เช่น ทานข้าว ดูหนัง เล่นกีฬา ไปเที่ยว ฯลฯ
3. เข้าไปคุยกับผู้อื่น และนัดหมายให้ได้มากที่สุด โดยไม่ซ้ำช่วงเวลา และคนที่นัดหมาย
4. วิทยากรสุ่มเลือกช่วงเวลานัดหมาย และให้ผู้เข้าอบรมตามหาคู่ที่ได้นัดหมายไว้
5. วิทยากรสุ่มถามคู่ที่นัดหมาย เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

10

### สื่อ / อุปกรณ์

1. กระดาษรูปนาฬิกา
2. ปากกา

### 2.2 ตามล่า...หลายเข็มนาฬิกา

#### ขั้นตอน

1. วิทยากรแจกกระดาษ A4 ตัดครึ่ง
2. ให้ผู้เข้าอบรมพับกระดาษที่ได้รับเป็น 6 ช่อง พร้อมลงหมายเลขกำกับช่อง
3. วิทยากรให้ผู้เข้าอบรมเขียนข้อมูลของตนเองตามข้อกำหนดของแต่ละช่อง ดังนี้
  - ช่องที่ 1 = วันเกิด
  - ช่องที่ 2 = สีที่ชอบมากที่สุด
  - ช่องที่ 3 = สัตว์ที่ชอบมากที่สุด
  - ช่องที่ 4 = อาหารที่ชอบมากที่สุด
  - ช่องที่ 5 = กีฬาที่ชอบมากที่สุด
  - ช่องที่ 6 = สิ่งทีกลัวมากที่สุด

#### ตัวอย่าง

|                          |               |            |
|--------------------------|---------------|------------|
| 1. วันอาทิตย์            | 2. สีฟ้า      | 3. ม้า     |
| 4. หมูทอดกระเทียมพริกไทย | 5. บันจอร์ยาน | 6. ฟ้ายผ่า |

4. เมื่อทุกคนเขียนข้อมูลของตนเองเสร็จทั้ง 6 ช่องแล้ว วิทยากรให้ผู้เข้าอบรมยืนขึ้นโดยถือกระดาษและปากกาพร้อมที่จะไปหาเพื่อนที่มีข้อมูลเหมือนตนเอง โดยมีกติกาดังนี้
  - 4.1 ให้สอบถามเพื่อนที่มีข้อมูลเหมือนตนเองในแต่ละช่อง ช่องละ 1 คน
  - 4.2 เมื่อพบแล้วให้ถามชื่อพร้อมขอลายเซ็นลงตรงช่องที่พบ
  - 4.3 ให้ใช้ทุกวิถีทาง ยกเว้นการลอกคำตอบจากเพื่อน
  - 4.4 ใครได้ลายเซ็นจนครบทุกช่องแล้วให้กลับไปนั่งที่เดิม
    - \* ใช้เวลาประมาณ 10 นาที โดยวิทยากรควรกระตุ้นผู้เข้าอบรมที่นั่งเฉยๆ หรือไม่พยายามตามหาเพื่อนให้สามารถได้ลายเซ็นเพื่อนเพิ่มขึ้น
5. เมื่อครบ 10 นาที วิทยากรเป่านกหวีด หมดเวลา และชวนผู้เข้าอบรมสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน โดยเริ่มจาก
  - ใครได้ครบทุกช่อง ? ทำได้อย่างไร ?
  - ใครได้น้อยที่สุด ? ทำอย่างไร ?
  - คำถามข้อใดหาเพื่อนยากที่สุด ?
6. วิทยากรสรุป เทคนิคในการหาเพื่อน ซึ่งอาจจะได้คำตอบ เช่น
  - เดินเข้าไปหา สอบถามเพื่อน
  - ปรับคำถาม หรือสิ่งที่ชอบ เพื่อให้มีเพื่อน เช่น อาหารที่ชอบจากหมูทอด เป็น “อาหารไม่เผ็ด” หรือ “อาหารประเภททอด” เพื่อให้คำตอบกว้างขึ้น ก็จะได้เพื่อน

\* เพราะในชีวิตจริง เราทุกคนต้องปรับตัวเข้าหากันและเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

## สื่อ / อุปกรณ์

1. ตาราง 6 ช่อง
2. ปากกาเคมี
3. กระดาษ A4 ตัดครึ่ง
4. ปากกา
5. นกหวีด

## วิทยากร

วิทยากรหลัก 1 คน

- เสียงดัง
- คุ่มจังหวะในการตอบคำถามแต่ละช่อง
- ช่างสังเกต โดยเฉพาะการหาเพื่อนของแต่ละคน
- จับประเด็นได้ชัดเจน
- สรุปกิจกรรม

ผู้ช่วยวิทยากร 1 คน

- แจกกระดาษ
- คอยสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
- ควบคุมเวลา / เป่านกหวีด
- กระตุ้นให้ผู้เข้าอบรมใช้เทคนิคต่างๆ ในการหาเพื่อน

## 2.3 เพลงมหาสนุก

- ร้องเพลง Hello / น่ารักจัง / งอก ฯลฯ พร้อมทำท่าประกอบ

หมายเหตุ \* ดูเพิ่มเติมในภาคผนวก 3

### 3. กิจกรรม “ดวงดาวแห่งความคาดหวัง”

(เวลา 30 นาที)

#### สาระสำคัญ

ทุกคนย่อมมีความคาดหวังในการทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้มีความตั้งใจในการอบรม ซึ่งจะทำให้บรรลุถึงความคาดหวังของตนเอง
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคาดหวังซึ่งกันและกัน

#### ขั้นตอน

1. แจกกระดาษรูปดวงดาวสีเหลืองให้คนละ 1 ดวง
2. ให้เขียนความคาดหวังของตนเองลงในกระดาษรูปดาวที่แจกให้
3. จับคู่กันแลกเปลี่ยนความคาดหวังกับเพื่อน
4. จับกลุ่ม 4 คน แลกเปลี่ยนความคาดหวังกับเพื่อน และสรุปความคาดหวังของกลุ่ม
5. จับกลุ่ม 8 คน แลกเปลี่ยนความคาดหวังกับเพื่อน และสรุปความคาดหวังของกลุ่ม
6. นำเสนอความคาดหวังของกลุ่ม (15 นาที)
7. นำดาวแห่งความคาดหวังไปติดไว้บนกระดาษสีดำซึ่งจำลองเป็นท้องฟ้าในยามค่ำคืนที่เตรียมไว้

#### สื่อ / อุปกรณ์

- |                               |               |
|-------------------------------|---------------|
| 1. กระดาษสีเหลืองตัดรูปดวงดาว | 4. ดวงจันทร์  |
| 2. กระดาษบรู๊ฟ                | 5. กระดาษขาว  |
| 3. ปากกาเคมี                  | 6. กระดาษสีดำ |

## 4. กิจกรรม “คำมั่นสัญญา”

(เวลา 30 นาที)

### สาระสำคัญ

สร้างข้อตกลงในการทำกิจกรรมและการอยู่ร่วมกันในค่าย

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการสร้างข้อตกลง ในการอยู่และทำกิจกรรมร่วมกัน

### ขั้นตอน

1. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 8-10 คน
2. แจกกระดาษขรุขระ ปากกาเคมี กลุ่มละ 1 ชุด ให้สมาชิกร่วมกันปฏิบัติดังนี้
  - 2.1 ตั้งชื่อกลุ่ม และเขียนชื่อกลุ่ม
  - 2.2 เขียนคำขวัญประจำกลุ่ม
  - 2.3 เขียนข้อตกลงในการอยู่ร่วมกันของกลุ่ม
3. ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอต่อกลุ่มใหญ่ (ชื่อกลุ่ม คำขวัญกลุ่ม ข้อตกลงของกลุ่ม)
4. วิทยากรสรุปข้อตกลงของแต่ละกลุ่ม เพื่อได้ข้อตกลงของกลุ่มใหญ่ โดยขอคำรับรองจากสมาชิกว่าจะเอาข้อไหน เป็นข้อตกลงของกลุ่มใหญ่
5. เขียนข้อตกลงในกระดาษขรุขระ แล้วนำไปติดไว้ที่ฝาผนังห้อง
6. มอบหมายภาระหน้าที่ให้แต่ละกลุ่มรับผิดชอบตามความเหมาะสม เช่น การนำเกม ควบคุมเวลา สรุปประจำวัน อ่านจดหมายที่ดี ทำความสะอาดห้องประชุม

### สื่อ / อุปกรณ์

1. กระดาษขรุขระ
2. ปากกาเคมี
3. กระดาษขาว
4. ตารางภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ

## 5. กิจกรรม “บัดดี้ที่น่ารัก”

(เวลา 30 นาที)

### สาระสำคัญ

คนทุกคนมีคุณค่า การมองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน จะทำให้ผู้ให้และผู้รับมีความสุข

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเห็นคุณค่าในตัวเองและผู้อื่น

### ขั้นตอน

1. วิทยากรเตรียมฉลากรายชื่อผู้เข้าอบรมทุกคน รวมทั้งวิทยากร และพี่เลี้ยง ที่อยู่ร่วมตลอดค่าย
2. ให้ผู้เข้าอบรมจับฉลากคนละ 1 ชื่อ หากได้ชื่อของตนเองให้จับใหม่ โดยรักษาเป็นความลับจนกว่าจะเฉลย
3. วิทยากรอธิบายกติกา ดังนี้
  - คอยสังเกตพฤติกรรมคู่มือบัดดี้ของตัวเอง
  - แสดงความห่วงใย ชื่นชม โดยการเขียนจดหมาย จ่าหน้าซองถึงคู่มือบัดดี้ โดยใช้นามแฝงลงท้ายด้วยทุกครั้ง
  - นำจดหมายไปใส่ในกล่องที่จัดเตรียมไว้ อย่าให้บัดดี้ของตัวเองเห็น
4. ผู้นำจะเอาจดหมายในกล่องมาแจกให้ผู้รับทุกเย็น โดยสมาชิกอ่านเองหรือให้ผู้นำอ่านให้เพื่อนๆ ฟังก็ได้
5. วันสุดท้าย เฉลยบัดดี้ ให้สมาชิกทุกคนเขียนข้อความประทับใจในตัวบัดดี้ลงในการ์ดกระดาษรูปหัวใจ ไว้สำหรับมอบให้ตอนเฉลยบัดดี้
6. วิทยากรจับฉลากจดหมายในกล่องคนแรก เพื่อให้บัดดี้ทายว่าคือใคร ถ้าทายไม่ถูกให้บัดดี้เฉลยตัวเอง และมอบการ์ดให้ ผู้รับมอบการ์ดก็จะได้เป็นผู้เฉลยบัดดี้ของตัวเองต่อไป จนครบทุกคน

### สื่อ / อุปกรณ์

1. ฉลากรายชื่อผู้เข้าร่วม วิทยากร และพี่เลี้ยง
2. กระดาษเขียนกติกา
3. กล่องใส่จดหมายบัดดี้
4. การ์ดกระดาษรูปหัวใจ

## 6. กิจกรรม “ป้ายชื่อใครเอ่ย ?”

(เวลา 15 นาที)

### สาระสำคัญ

การอยู่ร่วมกันในสังคมนั้น มารยาททางสังคมเป็นสิ่งที่สำคัญจะช่วยส่งเสริมให้มีสัมพันธภาพที่ดี ทำให้ผู้ให้ ผู้รับต่างมีความภาคภูมิใจ เช่น การขอบคุณ การขอโทษ การสวัสดีเมื่อเจอกัน เป็นต้น

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมทุกคนคุ้นเคยกัน
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมทุกคนมีความภาคภูมิใจในตนเอง

### ขั้นตอน

1. ผู้เข้าอบรมแนะนำตัวเอง 1 รอบ
2. ให้ผู้เข้าอบรมนั่งเป็นวงกลมถือป้ายชื่อตัวเองไว้
3. ร้องเพลงและทำท่าเปลี่ยนป้ายชื่อกับเพื่อนภายในวงกลมไปตามจังหวะเพลง ดังนี้  
ทา ลา แลบ แทป แทป ทา ลา แลบ แทป แทป แท็บ แทบ แทป แทป แทป  
โดยใช้มือซ้ายวางที่ต้นขาซ้ายหงายขึ้นคอยรับป้ายชื่อมือขวาส่งป้ายชื่อให้คนที่อยู่ด้านขวา
4. ทำหลายๆ รอบจนจำเจ้าของป้ายชื่อไม่ได้แล้ว จึงหยุด
5. ทุกคนนำป้ายชื่อไปคืนเจ้าของ แล้วถามรายละเอียดของเจ้าของให้มากที่สุด
6. วิทยากรถามว่าขณะรับป้ายชื่อคืนใครขอบคุณบ้าง
7. ผู้เข้าอบรมมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง เมื่อมีคนมาขอบคุณเรา
8. ให้ผู้เข้าอบรมช่วยกันเขียนตัวอย่างมารยาททางสังคมที่ควรทราบอย่างน้อย 3 ข้อ

## 7. กิจกรรม “แบบอย่างที่น่าชื่นชม”

(เวลา 30 นาที)

### สาระสำคัญ

คนทุกคนย่อมมีคุณค่าในตัวเอง เราสามารถนำเอาคุณค่าของตัวเองมานำเสนอให้คนอื่นได้รับรู้ในโอกาสที่เหมาะสมจะทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจและเป็นแบบอย่างให้ผู้พบเห็นด้วย

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความภาคภูมิใจในตนเอง

### ขั้นตอน

1. แจกกระดาษเปล่าให้แต่ละคนเขียนชื่อบุคคลที่ชื่นชอบ นำไปติดบอร์ด
2. ช่วยกันจัดกลุ่มบุคคลให้เข้ากลุ่มกัน เช่น กลุ่มอาชีพ ฯลฯ
3. จัดกลุ่มตามหมวดหมู่ในข้อที่ 2 เป็นสถานี ใครชื่นชมบุคคลใดก็ให้เข้าสถานีนั้น
4. แต่ละสถานีเขียนสิ่งที่ตัวเองเหมือนกับบุคคลต่างๆ ตามสถานีนั้น ทุกสถานี เปลี่ยนที่ละสถานี
5. ให้จับคู่คุยกันถึงเรื่อง.....

คนที่ 1 พูดความประทับใจ

คนที่ 2 กล่าวชื่นชมคนที่ 1 แล้วสลับหน้าที่กัน

6. รู้สึกอย่างไรเมื่อมีคนกล่าวชื่นชม
7. วิทยากรสรุปเพิ่มเติมอีกครั้ง

### สื่อ / อุปกรณ์

กระดาษ A4 สี (ตัด 3 ส่วน)

## 8. กิจกรรม “ฉันคือฉันนั้นดีที่สุด”

(เวลา 45 นาที)

### สาระสำคัญ

การสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเองจะเป็นพลังอันหนึ่งที่จะสร้างความมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจให้กับตนเองอันจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกรักและเห็นคุณค่าในตนเอง

### วัตถุประสงค์

- เพื่อเสริมสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง
- เพื่อให้รู้สึกกว่าตนเองมีคุณค่า

### ขั้นตอน

1. วิทยากรเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียนเกี่ยวกับมนุษย์ทุกคนมีคุณค่าในตัวเอง ฯลฯ
2. จัดบรรยายภาคที่เรียบง่ายโดยให้ผู้เข้าอบรมหลับตาสักครู่และบอกให้ทุกคนตั้งใจฟังบทความที่จะอ่าน เรื่อง “ฉันคือฉันนั้นดีที่สุด”
3. ให้ผู้เข้าอบรมอธิบายร่วมกันเป็นกลุ่มใหญ่โดยใช้คำถาม
  - รู้สึกอย่างไร หลังจากฟังบทความเรื่องนี้แล้ว
  - ผู้เข้าอบรมได้ข้อคิดอะไรบ้างจากบทความเรื่องนี้
4. รวบรวมคำตอบและให้วิทยากรสรุปและชื่นชมผู้เข้าอบรม เมื่อเราสามารถพิจารณาถึงความดีของตนเอง มองเห็นคุณงามความดี รู้จักชื่นชมตนเองและจะมีความรักให้กับตนเองมากขึ้น คนที่มีความเข้าใจเห็นคุณค่าตนเอง ได้ก็สามารถเข้าใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่นได้เช่นกัน

### ข้อเสนอแนะ

- ควรอยู่ในช่วงกลางคืน เพราะจะสร้างบรรยากาศได้ดีกว่า

## บทความเรื่อง “ฉันคือฉันนั้นดีที่สุด”

...ชีวิตใหม่ของฉันเริ่มตั้งแต่วันนี้ ฉันจะเริ่มต้นชีวิตใหม่ด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ฉันรักตนเอง รักทุกสิ่งทุกอย่างที่ประกอบเป็นตัวฉัน อารมณ์ความรู้สึก อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของฉัน ฉันรู้สึกได้ถึงความรัก ความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ที่อยู่ภายในจิตใจลึกๆ ของฉันและของทุกๆ คน

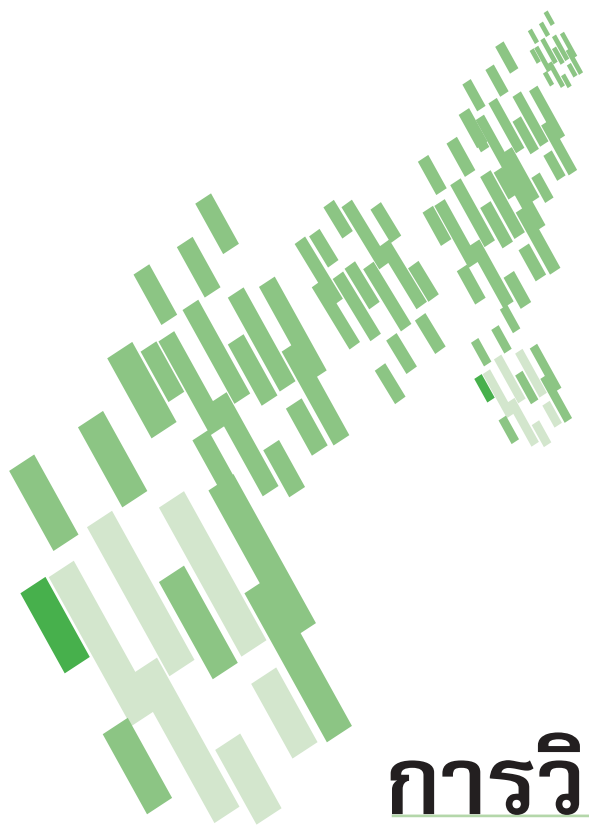
หายใจเข้า เอาพลังความรักความเมตตาเข้ามาในตัวเรา หายใจออกแผ่พลังความรักความเมตตาให้กับตัวเอง ให้กับคนรอบๆ ข้างทุกๆ คน พลังแห่งความรักความเมตตาทำให้ฉันรู้สึกมั่นใจในตัวเอง เห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญ และเมื่อฉันมีความรักให้กับตนเอง ฉันได้รู้สึกถึงความรักที่ฉันมีให้กับผู้อื่น พลังแห่งความรักความเมตตา ทำให้ฉันมีความสุข และอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้กับทุกคน ฉันอยากให้ทุกคนในโลกนี้มีความสุข และอยากมีส่วนร่วมทำให้โลกของเราเป็นโลกที่น่าอยู่ขึ้น เมื่อฉันมีความรักให้กับตัวเอง ฉันมีความสุขมากขึ้นทุกวัน และฉันอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้กับทุกคน ฉันรู้ว่าโลกนี้ ไม่มีใครอีกแล้วที่เหมือนฉัน และทำหน้าที่แทนฉันได้อย่างแท้จริง ฉันคือฉัน เธอคือเธอ ทุกคนมีความแตกต่างกัน

ฉันเริ่มรู้สึกถึงความรู้สึกดีๆ ที่มีต่อตนเอง และเริ่มขจัดความรู้สึกลบต่างๆ ออกไปจากจิตใจของฉัน แม้ว่าฉันจะยังไม่เป็นคนที่มีสมรรถนะแบบในทุกๆ ด้าน และบางทีฉันอาจจะไม่มีวันได้เป็นคนที่มีสมรรถนะแบบในทุกๆ ด้าน ในชีวิตนี้ แต่ฉันก็จะปรับปรุงตัวเอง ให้ดีขึ้นทุกวัน ฉันเคยทำสิ่งที่ผิดพลาดมากมายและในอนาคตฉันก็อาจจะทำผิดพลาดขึ้นอีก โดยที่ฉันไม่ได้ตั้งใจ ฉันจะนำสิ่งที่ผิดพลาดเหล่านี้ มาเป็นบทเรียนของชีวิตที่ทำให้ฉันเข้มแข็งขึ้น ปรับปรุงตัวได้รวดเร็วขึ้น และช่วยเหลือคนรอบข้างได้มากขึ้น ไม่ว่าจะมียะไรเกิดขึ้นในชีวิตของฉัน ฉันก็จะรักตัวเอง มีความรู้สึกที่ดีแก่ตัวเอง ฉันอยากเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง ถ้าฉันไม่เป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเองแล้ว ใครจะมาเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของฉัน ฉันรักตัวเองมากขึ้นทุกวัน มันเป็นความรู้สึกเช่นเดียวกับคนรอบข้าง ยิ่งฉันมีความรักให้แก่ตนเองและคนรอบข้างมากขึ้นเท่าใด ฉันก็จะมีความสุขยิ่งขึ้นเท่านั้น ฉันมีความสุขมากจริงๆ

ฉันเริ่มเห็นความดีงามและความสามารถต่างๆ ที่อยู่ในตัวฉัน ยิ่งฉันย้อนกลับมาศึกษาตัวเองมากขึ้นเท่าใด ฉันก็พบความสามารถซ่อนเร้นอยู่ในตัวฉันมากขึ้นเท่านั้น ฉันแสดงออกถึงความสามารถต่างๆ เหล่านี้มากขึ้น ฉันพัฒนาความสามารถต่างๆ เหล่านี้ ไปพร้อมๆ กับนำความสามารถเหล่านี้ มาช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อฉันมองเข้าไปในจิตใจลึกๆ ของฉัน ฉันได้พลังแห่งความรัก ความเมตตา ที่ซ่อนอยู่ในจิตใจลึกๆ ของฉัน

หายใจเข้าเอาพลังแห่งความรัก ความเมตตาเข้ามาในตัวเรา หายใจออกแผ่พลังความรัก ความเมตตาให้กับตนเอง ให้กับคนรอบข้างทุกคน ฉันรู้ถึงพลังแห่งความรัก ความเมตตาที่มีอยู่ในตัวฉันมากขึ้น มากขึ้น พลังนี้ทำให้ฉันเข้มแข็ง มีความรู้สึกด้านบวกให้กับตัวเองมากขึ้น ฉันรู้จักให้อภัยแก่ตัวฉันเองมากขึ้น ฉันพูด คิดและทำแต่สิ่งที่เป็นบวกแก่ตัวเอง และผู้อื่น ฉันรู้จักให้อภัยแก่ตัวเองและผู้อื่น ฉันตั้งใจที่ได้เกิดขึ้นมาเป็นตัวฉัน ฉันบอกกับตัวเองในใจว่า ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ สำหรับการที่ฉันได้เกิดมาเป็นตัวฉัน ฉันจะเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเองตลอดไป ฉันคือฉันนั้นดีที่สุด

(คัดจาก คู่มือ การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาเด็กด้อยโอกาส กรมสุขภาพจิต พ.ศ. 2544)



## หน่วยที่ 2

---

# การวิเคราะห์สถานการณ์

---

# 1. กิจกรรม “วงจรชีวิตของมนุษย์”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

## สาระสำคัญ

เพื่อเชื่อมโยงการวิเคราะห์ตนเองกับการเห็นคุณค่าของตนเองและยอมรับผู้อื่น โดยใช้สถานการณ์จริงจากวงจรชีวิตของตนเองและเพื่อน ๆ

## วัตถุประสงค์

- เพื่อฝึกทักษะการฟัง พูด วิเคราะห์ตนเองและการยอมรับผู้อื่น เพื่อนำไปสู่การประเมินสถานการณ์

## ขั้นตอน

1. แบ่งกลุ่มผู้เข้าอบรมเป็นกลุ่มย่อย แต่ละกลุ่มไม่ควรเกิน 7 คน
2. พี่เลี้ยงกลุ่มแจกบัตรรูปภาพวงจรชีวิตของมนุษย์ หรือบัตรคำ ประกอบด้วย วัยทารก วัยเด็ก วัยเรียน วัยทำงาน วัยผู้ใหญ่ วัยชรา กลุ่มละ 1 ชุด
3. ชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมอบรม คิดถึงวงจรชีวิตในแต่ละช่วงวัยของคนทั่วไปในสังคม ที่เคยพบเห็น ยกตัวอย่าง เช่น
  - วัยทารก ยังช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ต้องอาศัยอยู่กับพ่อแม่ หรือผู้ใหญ่
  - วัยเด็ก ร่างกายเจริญเติบโตขึ้น เริ่มเข้าโรงเรียน ศึกษาเล่าเรียนเท่าที่ตนเองจะสามารถทำได้
  - วัยผู้ใหญ่ เรียนจบ มีงานทำ มีความรับผิดชอบต่องาน มีครอบครัว มีบ้าน มีรถ ฯลฯ
  - วัยชรา อายุ 60 ปีขึ้นไป มีชีวิตที่สุขสงบ มีเงินเก็บพอสมควร มีลูกหลาน ไปวัด ทำบุญ ทำกิจกรรมเล็กๆ น้อย ๆ ในสังคม
4. พี่เลี้ยงกระตุ้นให้ผู้เข้าอบรมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับวงจรชีวิตของคนในสังคม ตั้งแต่คลอด เป็นเด็กทารก จนถึงวัยชรา คนแต่ละคนจะมีวงจรชีวิตเหมือนกันหรือแตกต่างกันหรือไม่ เพราะอะไร มีเหตุการณ์อะไรที่ทำให้วงจรชีวิตของคนไม่เป็นไปตามปกติ เช่น ดิฉันเสียดิฉัน เรียนไม่จบ มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ฯลฯ
5. กลุ่มช่วยกันสรุปวงจรชีวิตของคนทั่วไปในสังคม พร้อมทั้งบอกปัจจัยเสี่ยง หรือสถานการณ์ปัญหาที่อาจทำให้วงจรชีวิตของคนเราแตกต่างไปจากคนอื่น และขอให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการระดมความคิดเห็นของกลุ่ม
6. วิทยากรสรุป ดังนี้ วงจรชีวิตของคนในสังคมแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการใช้ชีวิต หรืออุปสรรคที่เข้ามาในแต่ละช่วงของชีวิต หากช่วงเวลาใดที่พบกับเหตุการณ์ที่มีผลต่อชีวิตของตนเอง แล้วเราสามารถฟันฝ่าอุปสรรคไปได้ คน ๆ นั้นก็จะมีวงจรชีวิตที่สมบูรณ์ กิจกรรมนี้ช่วยให้เราได้ทบทวน วิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาในสังคม และตระหนักถึงความสำคัญของการแก้ไขปัญหา ซึ่งจะส่งผลให้คนเรามีวงจรชีวิตที่ดีและผิดพลาดน้อยที่สุด

## สื่อ / อุปกรณ์

1. กระดาษปฐพี
2. ปากกาเคมี
3. รูปภาพการ์ตูนวงจรชีวิตหรือบัตรคำ อยู่ที่การประยุกต์ รูปภาพที่ใช้ควรเป็นรูปภาพทั่วไป ไม่ควรใช้รูปภาพที่แสดงให้เห็นถึงการกระทำซึ่งเป็นการละเมิดเด็ก
4. กระดาษขาว

### ข้อเสนอแนะ

- วิทยากรควรพูดจาเชิญชวน และตั้งใจให้ผู้เข้าอบรมเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้เข้ารับการฝึกอบรม
- วิทยากรและพี่เลี้ยงประจำกลุ่มจำเป็นที่จะต้องหลีกเลี่ยงสถานการณ์เมื่อเด็กเริ่มเล่าถึงประสบการณ์อันเลวร้ายของตนเอง เนื่องจากกิจกรรมนี้ไม่เหมาะสมต่อการพูดคุยในเรื่องดังกล่าว และในขณะเดียวกันวิทยากรและพี่เลี้ยงประจำกลุ่มอาจไม่มีความพร้อมทางด้านความรู้และทักษะเฉพาะทางที่จะรับมือกับการที่เด็กพูดคุยเกี่ยวกับประสบการณ์อันเลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเอง
- ควรมีพี่เลี้ยงประจำกลุ่ม คอยทำหน้าที่กระตุ้นให้เกิดการพูดคุย แลกเปลี่ยนในกลุ่มย่อย และคอยสังเกตกระบวนการ

## 2. กิจกรรม “คิดได้ใจ”

(เวลา 2 ชั่วโมง)

### สาระสำคัญ

ต้องการให้ผู้เข้าอบรมเห็นสภาพปัญหาของสังคมที่แท้จริงที่มีผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนให้เกิดกระบวนการปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้เข้าอบรม เพื่อเชื่อมโยงกับปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นจริง

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมรู้จักวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมทุกระดับ

### ขั้นตอน

1. พี่เลี้ยงแจกข่าวจากหนังสือพิมพ์ที่เลือกไว้ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการละเมิดสิทธิเด็กและเยาวชน  
วิทยากร : ให้คำถาม
  - สาระสำคัญของข่าว?
  - ใครได้รับความเสียหาย?
  - มีผลกระทบอะไรบ้าง?
  - เป็นข่าวที่เกี่ยวข้องอะไร?
  - สาเหตุมาจากอะไร?
2. ให้ผู้เข้าอบรมระดมความคิดเห็นในกลุ่ม แล้วให้ออกมานำเสนอ  
วิทยากร : ให้คำถาม เพิ่มเติมว่า ในชุมชนของผู้เข้าอบรมมีปัญหาในลักษณะนี้หรือไม่ อย่างไร?
3. วิทยากรสรุปให้เห็นถึงความรุนแรงของปัญหาการละเมิดสิทธิเด็กทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ โดยใช้แผนที่ประกอบ

### สื่อ / อุปกรณ์

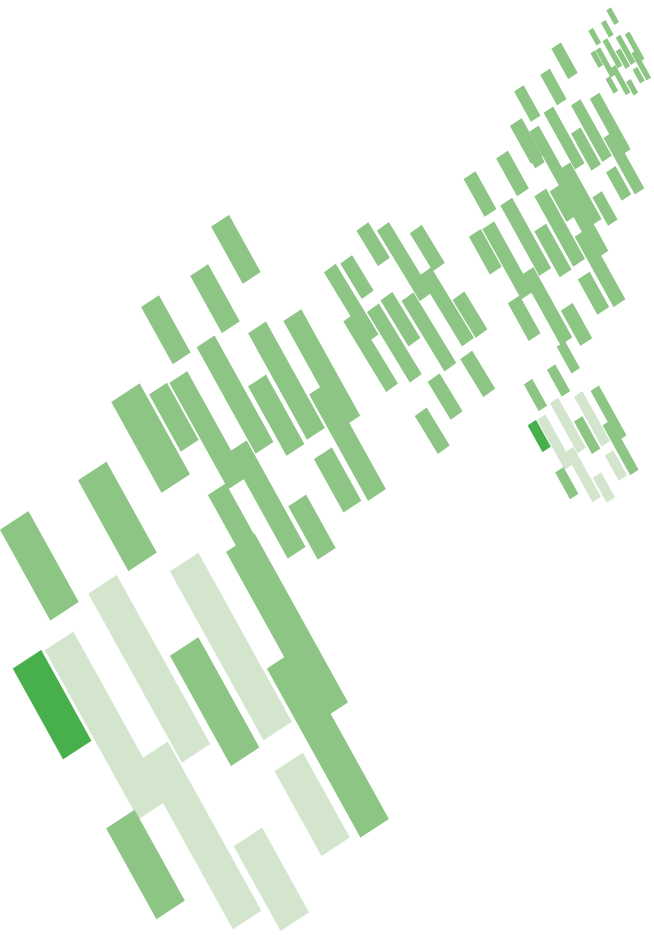
1. ข่าวจากหนังสือพิมพ์ซึ่งเกี่ยวข้องกับการละเมิดสิทธิเด็ก กลุ่มละ 1 เรื่อง
2. กระดาษบรู๊ฟ
3. ปากกาเคมี
4. แผนที่และเข็มหมุด

### คุณสมบัติวิทยากร

- ต้องมีข้อมูลสรุปสถานการณ์ทางด้านเด็กและเยาวชนอย่างชัดเจนทั้งในและต่างประเทศ รวมถึงสถิติเด็กที่ถูกล่วงละเมิดในประเทศ เพื่อให้ผู้อบรมตระหนักถึงปัญหาของเด็กและเยาวชนที่เกิดขึ้นนั้นเป็นเช่นไรในสังคม
- จำนวนวิทยากร 2 คน
- คนดำเนินรายการ 1 คน
- คนเขียนสาระสำคัญ 1 คน

### ข้อเสนอแนะ

- ข่าวที่จัดเตรียมไว้ควรจะมีหลากหลายทั้งในและต่างประเทศ
- ควรเลือกข่าวเกี่ยวกับการละเมิดสิทธิเด็กที่มีความน่าสนใจ และไม่ยาวจนเกินไป



## หน่วยที่ 3

---

# สิทธิเด็ก<sup>1</sup>

---

---

<sup>1</sup> จาก คู่มือการฝึกอบรมอาสาสมัครพิทักษ์สิทธิเด็ก องค์การกองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ กันยายน 2547

# 1. กิจกรรม “เอ๊ะ นั้นภาพอะไร?”

(เวลา 45 นาที)

## สาระสำคัญ

สะท้อนความรู้สึกต่อภาพที่เกิดขึ้นจริงในสังคม เป็นวิถีทางนำไปสู่ความตระหนักในเรื่องสิทธิเด็ก

## วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมแสดงความรู้สึกที่เกิดจากการมองภาพ

## ขั้นตอน

1. ตัดภาพทั้ง 8 ภาพที่บอร์ด หรือมุมต่างๆ ในห้องอบรม และติดหมายเลขไว้แต่ละภาพ ดังนี้  
ภาพที่ 1 หญิงทำงานกลางคืน                      ภาพที่ 2 แม่กำลังให้นมลูก  
ภาพที่ 3 เด็กหญิงยืนร้องไห้                      ภาพที่ 4 เด็กทำงานก่อสร้าง  
ภาพที่ 5 ผู้เฒ่ากับเด็ก                              ภาพที่ 6 เด็กเร่ร่อน  
ภาพที่ 7 เด็กทำงานศิลปะ                      ภาพที่ 8 เด็กถูกทำร้าย
2. แจกกระดาษเปล่า A4 แบ่งครึ่งให้ผู้เข้าอบรมคนละ 1 แผ่น พร้อมปากกาเคมี
3. ให้ผู้เข้าอบรมจับสลาก 1 - 8 เพียงหมายเลขเดียว แล้วเดินไปดูภาพตามหมายเลขที่จับสลากได้และให้เขียนความรู้สึกแรกที่เกิดขึ้นเมื่อเห็นภาพลงในกระดาษที่แจกให้ โดยเขียนเป็นประโยคสั้นๆ
4. ให้ผู้เข้าอบรมรวมกลุ่มตามหมายเลขของภาพ พร้อมทั้งเลือกตัวแทนนำเสนอ โดยบอกเล่าความรู้สึกที่มีต่อภาพ จากนั้นให้นำข้อความที่เขียนไปติดไว้ใต้ภาพ
5. วิทยากรสรุป ดังนี้ การแสดงความรู้สึกจากการดูภาพไม่ใช่เรื่องของกรมองผิดหรือถูก และ การที่เรามีความรู้สึกที่แตกต่างกันก็เนื่องจากชีวิตที่ผ่านมาของเราไม่เหมือนกัน ดังนั้นแม้เราจะมีความรู้สึกที่แตกต่างกัน เราก็ควรใช้เวลาในการพินิจดูความรู้สึกของคนอื่นบ้าง

## วิทยากรสรุป

ดังนี้ การแสดงความรู้สึกจากการดูภาพไม่ใช่เรื่องของกรมองผิดหรือถูก และ การที่เรามีความรู้สึกที่แตกต่างกันก็เนื่องจากชีวิตที่ผ่านมาของเราไม่เหมือนกัน ดังนั้นแม้เราจะมีความรู้สึกที่แตกต่างกัน เราก็ควรใช้เวลาในการพินิจดูความรู้สึกของคนอื่นบ้าง

## สื่อ / อุปกรณ์

1. รูปภาพจำนวน 8 ภาพ
2. กระดาษขาว
3. กระดาษ A4 แบ่งครึ่ง
4. ปากกาเคมี

## ข้อเสนอแนะ

- ถ้าหารูปตามตัวอย่างไม่ได้ ควรจะหาภาพที่มีขนาด รายละเอียดและให้อารมณ์ความรู้สึกใกล้เคียงกับภาพต้นแบบมากที่สุด



ภาพที่ 1 หญิงทำงานกลางคืน



ภาพที่ 2 แม่กำลังให้นมลูก



ภาพที่ 3 เด็กหญิงยื่นร้องไห้



ภาพที่ 4 เด็กทำงานก่อสร้าง



ภาพที่ 5 ผู้เฒ่ากับเด็ก



ภาพที่ 6 เด็กเร่ร่อน



ภาพที่ 7 เด็กทำงานศิลปะ



ภาพที่ 8 เด็กถูกทำร้าย

## 2. กิจกรรม “ความจำเป็นและความต้องการของเด็ก”

(เวลา 45 นาที)

### สาระสำคัญ

ผู้เข้าอบรมมีความเข้าใจอย่างชัดเจนถึงความแตกต่างของความจำเป็นและความต้องการ

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและการตัดสินใจเรื่องเกี่ยวกับตนเองอย่างมีเหตุผล
- เพื่อแยกแยะความจำเป็นและความต้องการของเด็ก

### ขั้นตอน

1. แบ่งผู้เข้ารับการอบรมเป็น 4-5 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มช่วยให้ความหมายของคำว่า “ความจำเป็น และความต้องการ” คืออะไร
2. วิทยากรสรุปความหมาย ความแตกต่างของความจำเป็น ความต้องการ และขอมติจากผู้เข้ารับการอบรม
3. แจกบัตรรูปภาพ “ความจำเป็น-ความต้องการ” กลุ่มละ 1 ชุด แล้วให้กลุ่มดำเนินการใน 3 ขั้นตอน ตามลำดับดังนี้  
**ขั้นที่ 1** ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันแยกบัตรภาพออกเป็น 2 ส่วน คือ บัตรภาพที่เป็นความจำเป็นและบัตรภาพที่เป็นความต้องการของเด็ก โดยในการเลือกภาพให้อภิปรายในกลุ่มอย่างเต็มที่ จนเป็นที่พอใจและยอมรับของกลุ่ม หลังจากนั้นให้เก็บบัตรภาพความต้องการคืนวิทยากร  
**ขั้นที่ 2** แจกบัตรคำเปล่าให้ผู้เข้ารับการอบรมกลุ่มละ 4 ใบ และให้แต่ละกลุ่มร่วมกันคิดว่า “มีความจำเป็นอะไรอีกที่เด็กต้องการได้รับ นอกเหนือจากบัตรภาพความจำเป็นที่กลุ่มเลือกไว้” แล้วเขียนเพิ่มเติมในบัตรคำเปล่า (1 ความจำเป็นต่อ 1 บัตร)  
**ขั้นที่ 3** ขอให้กลุ่มเลือกบัตรภาพที่จำเป็นที่สุดเพียง 8 ภาพ พร้อมกับจัดลำดับความจำเป็นมากที่สุดจาก 1 ถึง 8 บนกระดาษขี้ผึ้ง
4. ขอให้กลุ่มส่งตัวแทนออกมานำเสนอที่ละกลุ่มจนครบ โดยวิทยากรให้ความคิดเห็นเสริมหรือเพิ่มเติม โดยเชื่อมโยงกับชีวิตจริงและการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจของเด็ก

### สื่อ / อุปกรณ์

- บัตรรูปภาพความจำเป็นและความต้องการ 5 ชุด ๆ ละ 20 ภาพและบัตรคำเปล่า (ขนาดเท่ากับภาพ) 5 ชุด ๆ ละ 5 แผ่น
- ปากกาเคมี
- กระดาษโปสเตอร์ 1 แผ่น
- กระดาษขาว

### 3. กิจกรรม “แตกต่างกันแต่ไม่แตกแยก”

(เวลา 45 นาที)

#### สาระสำคัญ

การให้ความคุ้มครองเด็กที่มีความแตกต่าง โดยไม่มีการแบ่งแยก กีดกัน ในทุกรูปแบบ เป็นการแสดงความตระหนักเรื่องสิทธิเด็ก

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อสะท้อนความรู้สึกและความคิดของเด็กเมื่อไม่ได้รับการยอมรับ
- เพื่อให้เกิดการยอมรับในความแตกต่างและการอยู่ร่วมกันในสังคม

#### ขั้นตอน

1. แจกใบงานให้แก่ผู้เข้าอบรมคนละ 1 ใบ โดยกำหนดผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่ (3/4) ได้รับใบงานชุดที่ 1 และผู้เข้าอบรมส่วนน้อย (1/4) ได้รับใบงานชุดที่ 2
2. วิทยากรกำชับให้ผู้เข้าอบรมทุกคนเก็บรักษาใบงานเป็นความลับ และเริ่มปฏิบัติตามใบงานที่ได้รับอย่างจริงจัง เพื่อให้ได้สาระอย่างแท้จริง โดยให้เวลาประมาณ 5 นาที
3. หลังจากผู้เข้าอบรมแสดงกิจกรรมสิ้นสุดลง ขอให้ผู้ที่ได้รับใบงานแตกต่างจากคนส่วนใหญ่ ซึ่งทุกคนปฏิเสธที่จะพูดคุยด้วย บอกเล่าอารมณ์ และความรู้สึกระหว่างที่ทำกิจกรรม จากนั้นให้ตัวแทนของคนส่วนใหญ่ออกมาเล่าเหตุผลที่ต้องเลือกปฏิบัติต่อเพื่อนบางคนในใบงาน
4. วิทยากรสรุป ดังนี้ จากการแสดงกิจกรรมนี้จะเห็นได้ทำให้เราเข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึกของการถูกเลือกปฏิบัติ ซึ่งทั้งอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กและรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยได้กำหนดไว้ว่า “บุคคลทุกคนย่อมมีสิทธิเท่าเทียมกันตามกฎหมาย และการเลือกปฏิบัติด้วยเหตุแห่งถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ ศาสนา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม จะกระทำมิได้”
5. วิทยากรนำให้กลุ่มคนส่วนใหญ่ ขอโทษกลุ่มคนส่วนน้อย

#### สื่อ / อุปกรณ์

1. ใบงานบรรจุคำแนะนำ 2 ชุด
  - ชุดที่ 1 สำหรับผู้เข้าอบรม 3 ใน 4
  - ชุดที่ 2 สำหรับผู้เข้าอบรม 1 ใน 4

#### ข้อเสนอแนะ

- วิทยากรต้องมีความระมัดระวังในการเลือกผู้เข้าอบรมที่สะท้อนความรู้สึก
- ควรเขียน อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กและรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ติดกระดานหรือป้ายผ้าไว้ ดังนี้ บุคคลทุกคนย่อมมีสิทธิเท่าเทียมกันตามกฎหมาย และการเลือกปฏิบัติด้วยเหตุแห่งถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ ศาสนา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม จะกระทำมิได้”

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 3.1

## 4. กิจกรรม “อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก”

(เวลา 30 นาที)

### สาระสำคัญ

สิทธิด้านการอยู่รอด การพัฒนา การปกป้องคุ้มครอง และการมีส่วนร่วม มีความสำคัญในการพัฒนาเด็กให้เจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก

### ขั้นตอน

1. วิทยากรประเมินความเข้าใจของผู้เข้าอบรม เกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญ
2. วิทยากรอธิบายความรู้เกี่ยวกับอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ซึ่งมีทั้งหมด 54 มาตรา แต่ที่เกี่ยวข้องกับเด็กโดยตรงมี 37 มาตรา ที่เหลือเป็นระเบียบและพิธีการต่าง ๆ ที่ประเทศสมาชิกหรือรัฐภาคีจะต้องปฏิบัติ ทั้งนี้อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กมาตราดังกล่าว สามารถจัดแบ่งออกได้ 4 ด้าน คือ 1. สิทธิด้านการอยู่รอด 2. สิทธิด้านการพัฒนา 3. สิทธิด้านการปกป้องคุ้มครอง 4. สิทธิด้านการมีส่วนร่วม
3. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6-8 คน ด้วยวิธีการใดก็ได้ตามความเหมาะสม แล้วแจกภาพ การ์ตูนสิทธิเด็ก กลุ่มละ 1 ชุด (37 ภาพ) พร้อมกระดาษบรูลู๊ฟ กระดาษขาว และกระดาษเปล่า
4. ให้แต่ละกลุ่มศึกษาภาพทั้ง 37 ภาพ แล้วหาข้อสรุปว่าภาพนั้นๆ น่าจะเป็นสิทธิด้านใดใน 4 ด้าน ตามที่เขียนไว้ในกระดาษบรูลู๊ฟที่แจกให้ เมื่อได้ข้อยุติให้ติดภาพในช่องสิทธิด้านนั้น และ ถ้ากลุ่มตัดสินใจไม่ถูกว่าภาพนั้นๆ ควรอยู่กลุ่มสิทธิด้านใด ให้ติดภาพนั้นไว้ในสิทธิด้านใดด้านหนึ่งแล้วเขียนหมายเลขมาตราของภาพนั้นลงบนกระดาษเปล่าไปติดที่ช่องสิทธิด้านอื่นที่ต้องการ
5. วิทยากรเดินสำรวจตามกลุ่ม เพื่อดูว่ากลุ่มเข้าใจคำอธิบายหรือไม่ และอธิบายเพิ่มเติม
6. เมื่อติดภาพแล้วนำเสนอต่อกลุ่มอื่น ให้ทุกกลุ่มเดินสำรวจของกลุ่มอื่นว่าเหมือนกันหรือไม่ แล้วร่วมกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้
  - สิทธิบางข้อจัดประเภทยากกว่าข้ออื่นๆ หรือไม่? สิทธิข้อไหน? และทำไม?
  - สิทธิบางประเภทได้รับการเน้นย้ำมากกว่าสิทธิข้ออื่นหรือไม่? ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น?
  - มีสิทธิข้อไหน? ที่ควรได้รับความสำคัญกว่าประเภทอื่น หรือว่าสิทธิทุกข้อสำคัญเท่าๆ กัน

### สื่อ / อุปกรณ์

1. ภาพการ์ตูนอนุสัญญา 37 ภาพ (มาตรา) จำนวน 6 ชุด
2. กระดาษบรูลู๊ฟ 4 แผ่น แบ่ง 4 ช่อง แต่ละช่องเขียนหัวข้อสิทธิ 4 ด้าน
3. กระดาษขาว
4. กระดาษ A4 แบ่ง 4

### ข้อเสนอแนะ

- ควรเขียนเนื้อหาเกี่ยวกับสิทธิเด็กในแต่ละด้าน บนกระดาษบรูลู๊ฟสำหรับติดไว้ให้ผู้เข้าอบรมได้ดู
- กรณีที่ไม่มีรูปการ์ตูนสิทธิเด็ก ให้ใช้วิธีเขียนข้อความสั้น ๆ อธิบายเนื้อหาในอนุสัญญาจำนวน 37 มาตรา และตัดเป็นชิ้น ๆ แทน

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 3.2

## 5. กิจกรรม “กลับไปทีภาพของคุณอีกครั้ง”

(เวลา 30 นาที)

### สาระสำคัญ

การตรวจสอบความรู้ ความเข้าใจ และความตระหนักในเรื่องของสิทธิเด็ก

### วัตถุประสงค์

- เพื่อใช้ความรู้ในอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กในการมองภาพอีกครั้งหนึ่ง
- เพื่อสามารถนำอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

### ขั้นตอน

1. นำภาพทั้ง 8 ภาพ และข้อความที่ผู้เข้าอบรมได้เขียนบอกความรู้สึกไว้กลับมาคิดอีกครั้ง
2. แจกกระดาษเปล่า 1 ใบ พร้อมปากกาเคมีแก่ผู้เข้าอบรม
3. ให้สำรวจคุณภาพเดิมของตนอีกครั้ง แล้วให้เขียนความคิดเห็นที่มีต่อภาพนั้นว่าคิดอย่างไร
4. ให้ผู้เข้าอบรมนำเสนอ บอกเล่าความรู้สึกที่ละคน
5. ให้ผู้เข้าอบรมรวมกลุ่ม แล้วอภิปรายความรู้สึกที่เกิดจากการมองภาพทั้ง 2 ครั้ง เหมือน หรือต่างกันอย่างไร
6. วิเคราะห์สรุป ดังนี้ การเปลี่ยนแปลงที่ได้พูดกันนั้น สำหรับแต่ละคนที่เข้าอบรมก็ย่อมแตกต่างกันออกไป เพราะแต่ละคนต่างมีความรู้ความเข้าใจไม่เหมือนกัน ประสบการณ์ก็แตกต่างกันออกไป ดังนั้นหลังจากการอบรมบางคนอาจมีความเข้าใจเรื่องอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กดีขึ้น บางคนอาจเข้าใจความหมายของเด็กที่เราทำงานและอยู่ด้วยดีขึ้น เราเรื่องการอยู่รอด การพัฒนา การปกป้องคุ้มครอง และการมีส่วนร่วม ใจเราสามารถบอกเราได้ว่า “นี่เป็นการเลือกปฏิบัติ” “นี่ไม่ได้ทำไปเพื่อประโยชน์ของเด็ก”

### สื่อ / อุปกรณ์

1. ภาพและกระดาษความคิดเห็นในกิจกรรม “เอ๊ะ นั่นภาพอะไร ?”
2. กระดาษเปล่า A4 แบ่งครึ่ง
3. ปากกาเคมี
4. กระดาษขาว

### ข้อเสนอแนะ

- ควรให้ผู้เข้าอบรมมีเวลาในการใช้ความคิด

## เอกสารประกอบ 3.1

### กิจกรรม “แตกต่างกันแต่ไม่แตกแยก”

#### ใบงานชุดที่ 1 สำหรับผู้เข้าอบรม 3 ใน 4

- \* เรามอบหมายให้คุณเป็นเพื่อนกับคนที่.....เท่านั้น พยายามพูดคุยกับคนเหล่านั้นอย่างทั่วถึงทุกคน ในประเด็นต่อไปนี้ งานอดิเรกที่ชอบทำ อาหารจานโปรด ที่เที่ยวในฝัน รายการทีวีที่ชอบดู
- \* ระหว่างที่คุณคุยกับเพื่อนที่.....อยู่นั้น หากมีคน.....เข้ามาคุยด้วย ขอให้คุณแสดงท่าทีเชิงปฏิเสธ เช่น เบือนหน้าหนี เดินหนี หรือหยุดการพูดคุย

#### ข้อแนะนำ

เพื่อให้กิจกรรมนี้บรรลุเป้าหมาย ไม่ควรบอกให้เขารู้ว่าเหตุใดคุณจึงไม่พูดกับเขา (ขอบคุณที่ร่วมมือ)

#### ใบงานชุดที่ 2 สำหรับผู้เข้าอบรม 1 ใน 4

- \* เรามอบหมายให้คุณเป็นเพื่อนกับทุกคนในห้องนี้ พยายามพูดคุยกับคนเหล่านั้นอย่างทั่วถึงทุกคน ในประเด็นต่อไปนี้ งานอดิเรกที่ชอบทำ อาหารจานโปรด ที่เที่ยวในฝัน รายการทีวีที่ชอบดู

#### ข้อแนะนำ

เพื่อให้กิจกรรมนี้บรรลุเป้าหมาย ขอรับรองให้คุณพยายามพูดคุยกับทุกคนอย่างจริงจัง ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม (ขอบคุณที่ร่วมมือ)

## เอกสารประกอบ 3.2

### กิจกรรม “อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก”

เป็นข้อตกลงระหว่างประเทศที่กำหนดขึ้นตามหลักการของกฎบัตรสหประชาชาติที่ว่าด้วยศักดิ์ศรีและคุณค่าของมนุษย์ที่เท่าเทียมกันโดยระลึกว่าเด็กมีสิทธิพิเศษที่จะได้รับการดูแลช่วยเหลือและคุ้มครองทั้งในสภาพแวดล้อมครอบครัวและการเลี้ยงดูอื่นๆ บนพื้นฐานประเพณีค่านิยมทางวัฒนธรรมของชาติพันธุ์และสังคม ( ประเทศไทยได้ลงนามเข้าเป็นภาคีเมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2535 และอนุสัญญามีผลบังคับใช้เมื่อวันที่ 26 เมษายน 2535 อนุสัญญานี้มีทั้งหมด 54 มาตรา ซึ่ง 40 ข้อแรกเป็นเรื่องที่ว่าด้วยสิทธิเด็กโดยตรงซึ่งเน้นหลักการคุ้มครองเด็กจากการเลือกปฏิบัติประโยชน์สูงสุดเป็นของเด็ก การเคารพสิทธิหน้าที่ของบิดา มารดา และการปกป้องสิทธิเด็กในทุกๆ ด้าน ใน 40 มาตราที่มีข้อที่เกี่ยวข้องกับเด็กโดยตรง 37 มาตรา แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ

- 1. สิทธิด้านการอยู่รอด** คือ สิทธิในการมีชีวิตและสิทธิที่จะได้รับการดูแลทางสุขภาพและการเลี้ยงดูอย่างดีที่สุดที่จะหาได้ คือ ให้โภชนาการที่ดี ให้ความรักและความเอาใจใส่จากครอบครัวและสังคม บริการด้านสุขภาพ ให้ชีวิตที่ถูกต้อง ให้การศึกษา ให้ที่อยู่อาศัย และการเลี้ยงดูสังคมต้องรับรองการมีชีวิตรอดหรือส่งเสริมชีวิต สิทธินี้อยู่ในมาตรา 6 2 4 7 9 19 20 21 23 26 27 30 33 34 35 และ 38
- 2. สิทธิด้านการพัฒนา** หมายถึงสิทธิที่จะได้เล่นและพักผ่อน เข้ามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางวัฒนธรรม คือ การศึกษาทุกประเภทนั่นเอง ทั้งในและนอกโรงเรียน และสิทธิที่จะได้มาตรฐานความเป็นอยู่อย่างเพียงพอกับการพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ ความรู้สึกนึกคิดศีลธรรม และสังคมซึ่งครอบคลุมเรื่องต่อไปนี้เป็น การเข้าถึงข่าวสารที่เหมาะสม เสรีภาพในความคิด มโนธรรมและศาสนา การศึกษา พัฒนาบุคลิก ทั้งทางสังคมและจิตใจ มีเอกลักษณ์ ทั้งในด้านสัญชาติและเรื่อง การพัฒนาสุขภาพร่างกาย สิทธิที่จะมีผู้รับฟัง ครอบครัว ซึ่งรวมอยู่ในมาตราดังต่อไปนี้ 3 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 22 23 24 25 26 27 28 29 31
- 3. สิทธิด้านการปกป้องคุ้มครอง** คือ การคุ้มครองจากการเลือกปฏิบัติจากการกลั่นแกล้งรังแกหรือถูกทอดทิ้ง คุ้มครองเด็กที่ไม่มีครอบครัว และเด็กที่ลี้ภัย ซึ่งครอบคลุมด้านต่อไปนี้เป็น การไม่เลือกปฏิบัติ ชื่อและสัญชาติ เด็กพิการ เด็กพื้นเมือง การกักขังเข้าอยู่กับครอบครัว การรับบุตรบุญธรรม ความเป็นส่วนตัว แรงงานเด็ก เด็กลี้ภัย การขัดแย้งที่ใช้อาวุธ การข่มขืนเด็กที่ผิดกฎหมาย และการนำเด็กไปต่างประเทศแล้วไม่นำกลับ การคุ้มครองจากการกลั่นแกล้งรังแกหรือทอดทิ้งละเลย การคุ้มครองเด็กที่ปราศจากครอบครัว การมอบตัวไว้ในความครองของผู้หนึ่งผู้ใด การเอารัดเอาเปรียบ การขาย เคลื่อนย้าย และลักพาตัว การเอารัดเอาเปรียบวิธีอื่นๆ การทรมานและขาดเสรีภาพ การดูแลเพื่อการฟื้นฟู ความยุติธรรมต่อผู้เยาว์อยู่ในมาตรา 2 3 6 7 8 10 11 16 19 20 21 23 25 30 32 33 34 35 36 37 38 39 40
- 4. สิทธิด้านการมีส่วนร่วม** ครอบคลุมถึงสิทธิของเด็กที่จะแสดงความคิดเห็นในทุกๆ เรื่อง ที่มีผลกระทบต่อเด็ก ทักษะของเด็กจะต้องมีการให้ความสำคัญอย่างเหมาะสม (ขึ้นอยู่กัอายุความเป็นผู้ใหญ่) สิทธิเหล่านี้เปิดโอกาสให้เด็กได้มี บทบาทในชุมชนและในประเทศต่างๆ สิทธิการมีส่วนร่วมอาจรวมไว้กับมาตราอื่นๆ ซึ่งครอบคลุมเรื่องทักษะของเด็ก เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น เสรีภาพในการติดต่อเกี่ยวข้อง การได้รับข่าวสารที่เหมาะสม การได้รับข่าวสารเกี่ยวกับอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก คือ ในมาตรา 12 13 14 15 17 24 28 29 31 42

เอกสารประกอบ 3.3

กิจกรรม “ความจำเป็นและความต้องการ”





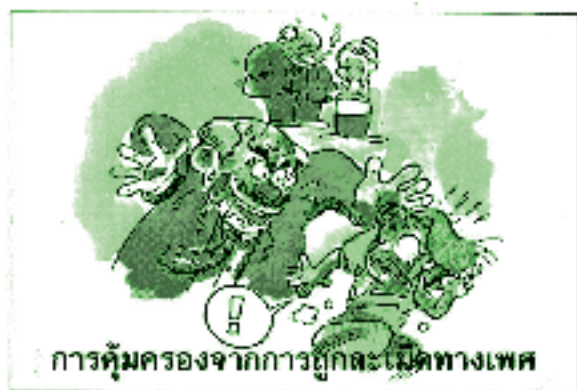
โอกาสในการปฏิบัติศาสนกิจ



การแสดงความคิดเห็น



การคุ้มครองจากการถูกกีดกัน



การคุ้มครองจากการถูกละเมิดทางเพศ



การรักษาพยาบาลเมื่อจำเป็น



การศึกษา

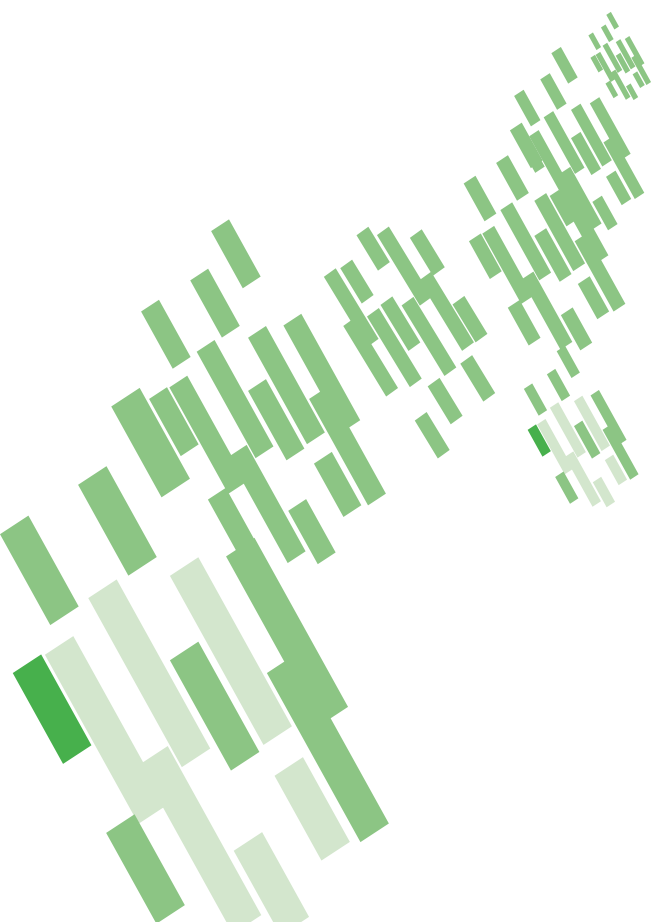


ขนมหวาน



จักรยาน





*หน่วยที่ 4*

# อนามัยการเจริญพันธุ์<sup>๙</sup>

# 1. กิจกรรม “บอลเพศ”

(เวลา 45 นาที)

## สาระสำคัญ

เพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์มีความสำคัญ และมีความจำเป็นที่เด็กและเยาวชนควรศึกษาเพื่อให้เข้าใจความแตกต่างของแต่ละเพศ และสามารถปฏิบัติตนต่อกันด้วยความนับถือเพื่อดำเนินชีวิตที่ถูกต้องในสังคม

## วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องเพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์

## ขั้นตอน

1. ให้ผู้เข้าอบรมยืนเป็นวงกลมแล้ววิทยากรยืนตรงกลางวง
2. วิทยากรโยนลูกบอลให้กับผู้เข้าอบรมคนใดคนหนึ่ง
3. วิทยากรให้คำถามว่า “เมื่อพูดถึงเพศนี้ถึงอะไร ?” โดยคนที่รับบอลต้องตอบคำถามพร้อมส่งบอลคืนให้วิทยากร
4. วิทยากรส่งบอลต่อให้กับผู้เข้าอบรมคนอื่นๆ โดยใช้คำถามเดิมและคำตอบของผู้เข้าอบรมจะต้องไม่ซ้ำกับคนอื่น
5. วิทยากรเปลี่ยนคำถาม เป็น “เมื่อพูดถึงคำว่าอนามัยการเจริญพันธุ์ถึงอะไร?” โดยใช้วิธีการโยนบอลเหมือนเดิม
6. วิทยากรให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับเนื้อหา และสรุป
  - ความหมายและขอบเขตของอนามัยการเจริญพันธุ์
  - ความหมายของเพศศึกษา
  - เหตุผลในการศึกษาเรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์

37

## สื่อ / อุปกรณ์

1. ลูกบอล
2. ชาร์ตหรือแผ่นใสเนื้อหา

## วิทยากร

- วิทยากรหลัก 1 คน ชายหรือหญิงก็ได้

## คุณสมบัติ:

1. ต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา และอนามัยการเจริญพันธุ์
2. มีประสบการณ์และทักษะการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์
3. แก้ไขปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้าได้
4. ไม่นำผู้เข้าอบรม เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมอบรม
5. มีความยืดหยุ่น
6. ตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ

### บทบาทหน้าที่:

- เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมหลัก และประมวลสรุป เนื้อหา / ความรู้ให้กับผู้เข้าร่วม
- ผู้ช่วยวิทยากร 1 คน ชายหรือหญิงก็ได้

### คุณสมบัติ:

1. มีประสบการณ์และทักษะการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์
2. แก้ไขปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้าได้
3. ไม่ชี้นำผู้เข้าอบรม เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมอบรม
4. ตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ

### บทบาทหน้าที่ :

1. ช่วยสรุปข้อมูลลงกระดาษสรุป ในช่วงที่วิทยากรถามคำถามผู้เข้าอบรม (ในช่วงโยนบอล )
2. ไม่เดินไปเดินมาหน้าเวที ขณะที่วิทยากรหลักกำลังดำเนินกิจกรรมอยู่
3. รับผิดชอบและรู้บทบาทหน้าที่ของตน

### ข้อเสนอแนะ

- เพื่อไม่ให้ผู้เข้าร่วมรู้สึกเขินอายในการพูดคุยเกี่ยวกับเรื่องเพศ จึงควรเริ่มด้วยกิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การพูดคุยเรื่องเพศได้ง่ายขึ้น ยกตัวอย่าง การแนะนำชื่อตนเองกับอวัยวะ เช่น ฉันทชื่อแดง ชอบแทงอวัยวะ ฉันทชื่อเขียว ชอบเสียวอวัยวะ ฉันทชื่อหล้า ชอบอ้าอวัยวะ ฉันทชื่อยิ้ม ชอบจิ้มอวัยวะ

### ข้อควรระวัง

- ในการโยนบอลคำถามแต่ละครั้ง ควรให้เวลาผู้เข้าอบรมแต่ละคนคิดคำตอบไม่เกิน 10 วินาที

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 4.1

## 2. กิจกรรม “เรื่องของวัยรุ่น”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

### สาระสำคัญ

การอยู่ร่วมกันในสังคม เด็กและเยาวชนจำเป็นต้องเรียนรู้เรื่องของตนเองและผู้อื่น เพื่อปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเอื้ออาทรและมีความสุข

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถปรับตัวและใช้ชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในช่วงของวัยรุ่น

### ขั้นตอน

#### (ช่วงที่ 1)

1. วิทยากรแจกกระดาษ 4A สี (ตัด 3 ส่วน) พร้อมปากกาเคมีให้ทุกคนเขียนตอบคำถามต่อไปนี้  
รอบที่ 1 : เมื่ออายุ 9 ปี ร่างกาย อารมณ์ และนิสัยของฉันเป็นอย่างไร?  
รอบที่ 2 : ปัจจุบัน ร่างกาย อารมณ์ และนิสัยของฉันเปลี่ยนแปลงไปจากเมื่ออายุ 9 ปี อย่างไรบ้าง?
2. ในแต่ละรอบวิทยากรเก็บกระดาษที่ผู้เข้าอบรมเขียนเรียบร้อยแล้วนำมาดัดกันจากนั้นให้ผู้เข้าอบรมหยิบมาอ่านโดยไม่ตรงกับของตนเอง แล้วให้ผู้เข้าอบรมอ่านจนครบทุกคน

#### (ช่วงที่ 2)

- แบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมเป็น 4-5 กลุ่ม จากนั้นทำการแข่งขันโดยมีวิธีการดังนี้
  - ▶ แต่ละทีมเรียงแถวตอนลึก เป็น 5-6 แถว โดยมีแท่งเหล็กสำหรับโยนห่วง เมื่อวิทยากรอ่านคำถามเสร็จแต่ละกลุ่มแข่งขันกันเพื่อตอบคำถามโดยโยนห่วงไปยังแท่งเหล็ก (ห่วงกลุ่มละ 1 สี ที่จะโยน)หากทีมใดสามารถโยนห่วงลงแท่งเหล็กเป็นทีมแรกก็สามารถตอบคำถามก่อนกรณีตอบคำถามถูกต้องจะมีสิทธิ์ได้เลือกบัตรคะแนน ในแต่ละกลุ่มจะสะสมคะแนนไปจนครบและแจกรางวัลให้แต่ละกลุ่ม
  - ▶ วิทยากรสรุป เนื้อหา เรื่องการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น การควบคุมอารมณ์ของวัยรุ่น และการพัฒนาบุคลิกภาพของวัยรุ่น

### สื่อ / อุปกรณ์

1. กระดาษเปล่า (A4 ตัดขวาง 3 ส่วน)
2. ปากกาเคมี
3. แท่งเหล็ก
4. ห่วง 5 สี
5. กระดาษบรูฟ
6. กระดาษขาว
7. ชาร์ตหรือแผ่นใสเนื้อหา
8. ชาร์ตสะสมคะแนน
9. รูปภาพสัตว์ระหึงและชาย
10. บัตรคะแนน
11. ของรางวัล

## วิทยากร

- วิทยากรหลัก 2 คน ชายหรือหญิงก็ได้

### คุณสมบัติ:

1. ต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษา และอนามัยการเจริญพันธุ์
2. มีประสบการณ์และทักษะการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาและอนามัยการเจริญพันธุ์
3. แก้ไขปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้าได้
4. ไม่นำผู้เข้าอบรม เน้นการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมอบรม
5. มีความยืดหยุ่น
6. ตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบ

### บทบาทหน้าที่ :

วิทยากรหลักคนที่ 1 • เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมในช่วงที่ 1 และประมวลสรุปสิ่งที่ได้จากผู้เข้าอบรม

วิทยากรหลักคนที่ 2 • เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมในช่วงที่ 2 และประมวลสรุปเนื้อหาความรู้ของผู้เข้าอบรม

ผู้ช่วยวิทยากร (ช่วงที่ 1) 1 คน เพศชายหรือหญิงก็ได้

#### บทบาทหน้าที่ :

- แจกกระดาษเปล่าและปากกาเคมีให้ผู้เข้าอบรม
- เดินรวบรวมสิ่งที่ผู้เข้าอบรมเขียน

ผู้ช่วยวิทยากร (ช่วงที่ 2) 2 คน เพศ ชายหรือหญิง ก็ได้

#### บทบาทหน้าที่: ผู้ช่วยคนที่ 1

- ผู้ช่วยวิทยากรแจกห่วง 5 สี ให้แก่ผู้เข้าอบรม และเตรียมสถานที่ในการโยนห่วง
- เปิดป้ายคะแนน

#### บทบาทหน้าที่: ผู้ช่วยคนที่ 2

- บันทึกและสรุปคะแนนในแต่ละรอบของการแข่งขัน
- เตรียมและแจกรางวัลให้ผู้เข้าร่วมแต่ละกลุ่มหลังกิจกรรมเสร็จสิ้น

### ข้อเสนอแนะ

- การสรุปเนื้อหาควรมีความกระชับ และได้ใจความ

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 4.2

### 3. กิจกรรม “ขั้นไหน หยุดใจไว้ให้เธอ”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

#### สาระสำคัญ

การสัมผัสร่างกายระหว่างหญิงและชาย ทำให้เกิดความรู้สึกทางเพศ และความรู้สึกทางเพศทำให้การยับยั้งชั่งใจน้อยลงไปด้วย

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมรู้จักควบคุมตนเอง เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

#### ขั้นตอน

1. นำเข้าสู่บทเรียนโดยใช้เกมที่สื่อความหมายเกี่ยวกับการแพร่โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น ด้ายมรณะ แอบกา แลกน้ำ ฮิตเลอร์ ฯลฯ
2. วิทยากรซักถามแลกเปลี่ยนข้อคิดที่ได้จากการเล่นเกม จากผู้เข้าอบรม
3. วิทยากรนำกระดาษขลุ่ย ตัดหน้ากระดาษแบ่งกระดาษเป็น 10 ช่อง
4. วิทยากรอธิบายถึงเหตุที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ โดยใช้ชาร์ต บันได 10 ขั้น
5. วิทยากรสนทนาเกี่ยวกับ “การก้าวไปสู่การมีเพศสัมพันธ์”
6. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่มๆ ละ 8-10 คน ให้ร่วมกันวิเคราะห์หรืออภิปรายในประเด็นต่อไปนี้
  - ผลกระทบของการตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์
  - ประโยชน์ของการควบคุมตนเองไม่มีเพศสัมพันธ์
7. วิทยากรสรุป เนื้อหาเรื่องประโยชน์ของการควบคุมตัวเอง ทักษะการปฏิเสธ การต่อรอง การมีเพศสัมพันธ์ ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่พร้อม

#### สื่อ / อุปกรณ์

1. กระดาษขลุ่ย
2. ปากกาเคมี
3. กระดาษขาว
4. ใบความรู้ “ประโยชน์ของการควบคุมตนเอง”

#### ข้อควรระวัง

- เนื่องจากเนื้อหาหมิ่นมาก การบรรยายโดยวิทยากรอาจทำให้ไม่น่าสนใจ ควรจะมีกิจกรรมแทรก เพื่อให้ผู้เข้าอบรมไม่เบื่อ
- หากผู้เข้าอบรมยังตอบคำถามไม่ตรงประเด็นวิทยากรต้องเสริม

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 4.3

## เอกสารประกอบ 4.1

### กิจกรรม “บอลเพศ”

#### อนามัยการเจริญพันธุ์

อนามัยการเจริญพันธุ์ หมายถึง ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการหน้าที่การเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ของหญิงและชาย ในทุกช่วงของชีวิต ซึ่งอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข

#### เพศศึกษา หมายถึง

การรณรงค์ให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องเพศ เข้าใจความแตกต่างของแต่ละเพศ คำนึงถึงผลกระทบของสังคมและวัฒนธรรมสิ่งแวดล้อม วิธีการสัมพันธ์อันดีต่อกันและกัน แต่ละคนจะสามารถประพฤติปฏิบัติตนต่อเพื่อนร่วมเพศ และเพื่อนต่างเพศ ด้วยความนับถือ เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องในสังคม

#### ขอบเขตของการอนามัยเจริญพันธุ์ในประเทศไทย (ของกระทรวงสาธารณสุข)

1. การวางแผนครอบครัว เพื่อสนับสนุนให้คนไทยมีขนาดครอบครัวที่เหมาะสม ตามความต้องการหรือศักยภาพของครอบครัว
2. การอนามัยแม่และเด็กเพื่อดูแลสุขภาพของหญิงทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการตั้งครรภ์ ให้มีการตั้งครรภ์ที่ปลอดภัย พร้อมทั้งมีบุตรที่สมบูรณ์แข็งแรง และได้รับการเลี้ยงดูอย่างมีคุณภาพ
3. ภาวะการมีบุตรยาก ดำเนินการให้คำปรึกษาแนะนำและบริการแก่ผู้มีบุตรยาก
4. โรคเอดส์ ให้ความรู้ให้คำปรึกษาแก่ผู้มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเสี่ยงโรค ตลอดจนควบคุม ป้องกัน และให้การรักษาแก่ ผู้เป็นโรค
5. โรคติดต่อในระบบสืบพันธุ์ ควบคุม ป้องกันและรักษาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคติดต่อระบบอื่นๆ ของระบบสืบพันธุ์
6. มะเร็งระบบสืบพันธุ์ ฝ้าระวังผู้มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคให้มีความรู้ และให้บริการตรวจวินิจฉัยโรคอย่างถูกต้อง รวดเร็ว
7. การแท้ง ป้องกันการแท้งให้มีอัตราการลดลง และรักษาภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการแท้งได้อย่างเหมาะสม
8. เพศศึกษา สนับสนุนให้คำปรึกษาและเผยแพร่ความรู้เรื่องเพศศึกษาแก่ประชาชนทุกกลุ่มอายุ อย่างถูกต้องเหมาะสม
9. อนามัยวัยรุ่น ให้ความรู้และให้คำปรึกษาในเรื่องเพศ การมีเพศสัมพันธ์อย่างมีความรับผิดชอบและปลอดภัย เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ และป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ รวมถึงโรคเอดส์
10. ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และสูงอายุ ให้ความรู้และคำแนะนำ ในการปฏิบัติตน บำบัด รักษาให้ประชากรกลุ่มนี้มี สุขภาพดี ใช้ชีวิตเป็นประโยชน์แก่สังคมและครอบครัว

#### เหตุผลในการศึกษาเรื่องอนามัยการเจริญพันธุ์

1. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเจริญเติบโต จิตใจ และอารมณ์ของตนเอง สามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อให้เข้าใจในสิทธิทางเพศของตนเอง และไม่ละเมิดสิทธิทางเพศต่อผู้อื่น
3. เพื่อสร้างความเข้าใจและทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการแสดงออกทางเพศของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการพัฒนานุคลิกภาพ และทัศนคติที่ถูกต้องในเรื่องเพศ
4. เพื่อให้มีความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน และเผยแพร่ให้กับผู้อื่นได้รับทราบ

## เอกสารประกอบ 4.2

### กิจกรรม “เรื่องของวัยรุ่น”

#### การเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

##### 1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

ส่วนต่างๆ ของร่างกายจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทั้งในเพศชายและเพศหญิง เช่น ความสูง น้ำหนักตัวแขนขายาวขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเพศทำให้หญิงมีสิ่ว หน้าอกโตขึ้น สะโพกผายขึ้น มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ และอวัยวะเพศ มีประจำเดือน ส่วนเด็กผู้ชายจะมีสิ่ว เสียงแตก มีหนวดเครา มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ และอวัยวะเพศ และฝันเปียกซึ่งการเปลี่ยนแปลงมากๆ ดังกล่าวอาจเป็นสาเหตุของความกังวลใจ และความยากลำบากในการวางตัวของวัยรุ่น ในการปรับตัวตามมา เด็กผู้หญิงจะเป็นสาวเร็วกว่าเด็กผู้ชาย

ระหว่างนี้อาหารและการออกกำลังกาย เป็นสิ่งจำเป็นมาก เพราะร่างกายต้องใช้พลังงานอย่างมากในการเจริญเติบโต จึงควรรับประทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ และออกกำลังกายจะทำให้วัยรุ่นต่างๆ แข็งแรง มีสมรรถภาพในการทำงานมากขึ้น ข้อสำคัญช่วยบรรเทาความเครียด ความวิตกกังวล และอาการนอนไม่หลับ อันเกิดจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับร่างกายของตนเองได้ด้วย

##### 2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ

วัยรุ่นกำลังสับสนกับภาวะของตนเองว่าเป็นเด็กก็ไม่ใช่ เป็นผู้ใหญ่ก็ไม่เชิง จึงทำให้เขาเกิดวิตกกังวล หงุดหงิดง่ายซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้จะทำให้มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของวัยรุ่น ได้แก่

- มีความสนใจในตัวเองมากขึ้น พึงพิถันกับการแต่งกาย เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ หรือเป็นที่สะดุดตาเพศตรงข้าม
- ให้ความสำคัญต่อผู้ใหญ่น้อยลงมักคิดว่าความคิดตนเองถูกต้อง ส่วนความคิดของผู้ใหญ่อ้างสมัย
- อยากรมีอิสระและเป็นตัวของตัวเอง ผู้ใหญ่ควรเปิดโอกาสให้ได้แสดงความคิดเห็นและตัดสินใจเองในบางเรื่องที่เหมาะสม
- กำลังค้นหาตนเอง เกี่ยวกับจุดเด่น จุดด้อย ความสนใจ ความถนัด และความสามารถด้านต่างๆ จึงควรให้การสนับสนุน
- ชอบเพื่อนค่อนข้างมาก ชอบเขียนบันทึกประจำวัน พูดคุยโทรศัพท์กับเพื่อนบ่อยๆ นานๆ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์และจิตใจของวัยรุ่นนั้น วัยรุ่นจะมีอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงง่าย เช่นอารมณ์เชิงบวก ได้แก่ ความรักที่หวานชื่น ความรักที่ดื่มด่ำ อารมณ์เชิงลบ ได้แก่ โกรธ เกลียด อารมณ์เชิงลบ สามารถเปลี่ยนให้มาเป็นเชิงบวกได้ โดยขั้นแรกเราต้องรู้เท่าทันอารมณ์เชิงลบที่เกิดขึ้นเสียก่อน โดยต้องมีสติแล้วจากนั้นเราทำอะไรต่อ เมื่อโกรธพยายามสูดลมหายใจเข้าออกลึกๆ ซ้ำๆ ทำอย่างนี้สักครู่ ความรู้สึกพลุ่งพล่านค่อยๆ ลดลง จากนั้นค่อยๆ คิดถึงเรื่องนั้นในแง่มุมที่เป็นกลาง หรือในแง่มุมที่ซับซ้อนแทน เมื่อเศร้าไม่ควรอยู่คนเดียว ไม่ควรฟังเพลงเศร้าๆ ไม่ทำในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดโทษกับตัวเอง เช่น เสพยาเสพติด ขับรถเร็วๆ ควรอยู่หรือพูดกับเพื่อนที่ไว้ใจได้ ทำกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วยระบายความเศร้าออกไปจากจิตใจ เช่น ออกกำลังกาย เล่นกีฬา เล่นดนตรี เป็นต้น

### 3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

วัยรุ่นมีความสนใจเกี่ยวกับสังคม และเห็นแก่ประโยชน์ของส่วนรวมมากขึ้น สนใจเพศตรงข้าม และให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน จึงเริ่มห่างเหินกับครอบครัว

#### การควบคุมอารมณ์ของวัยรุ่น

การควบคุมอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการปรับอารมณ์ต่างๆ ของตนเองให้แสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

#### วิธีควบคุมอารมณ์ได้แก่

1. เล่าเรื่องและปรึกษากับคนที่เราเคารพนับถือ สนิทสนมและไว้ใจได้ เช่น พ่อแม่ พี่ป้า น้าอา ญาติ ครูอาจารย์ เพื่อนสนิท เป็นต้น
2. ถ้าเหตุการณ์ที่ไม่ร้ายแรงหรือรุนแรงมากนั้นก็ไม่ต้องแสดงความรู้สึกออกมา
3. ถ้าเป็นเหตุการณ์ที่รุนแรงหรือร้ายแรงไม่สามารถระงับอารมณ์ไว้ได้ ก็ควรรหาสิ่งอื่นมาทำแทนเพื่อผลิตเฟลิน และเป็นประโยชน์ต่อตนเอง เช่น ฟังเพลง อ่านหนังสือ เป็นต้น เพื่อจะได้ลืมเรื่องที่จะทำให้อารมณ์ไม่ดี
4. พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะเป็ยสิ่งยั่วยุให้เกิดอารมณ์รุนแรง หรือทำให้อารมณ์เสีย
5. พยายามใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา ไม่ควรหนีปัญหา ควรมีสติควบคุมตนเองไว้ให้ได้
6. มีอารมณ์ขัน ทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ และมองโลกในแง่ดี
7. รู้จักระบายอารมณ์ด้วยวิธีการต่างๆ ไม่จริงจังกับชีวิตจนเกินไป
8. ผ่อนคลายความตึงเครียดด้วยการเล่นกีฬา หรือทำงานอดิเรก ที่พึงพอใจ
9. สำรจว่ามีความผิดพลาดหรือบกพร่องในเรื่องใด พยายามหาทางแก้ไขความผิดพลาดและข้อบกพร่องของตัวเอง
10. พยายามทำความเข้าใจในเรื่องความแตกต่างของบุคคลเพราะพื้นฐานทางจิตใจ และอารมณ์ของแต่ละคนไม่เหมือนกัน
11. มีความสุข รับผิดชอบ เสียสละ และรู้จักให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่น
12. ใช้หลักธรรมคำสั่งสอนทางศาสนาในการแก้ปัญหา และการระงับอารมณ์
13. ไม่ประชดอารมณ์ด้วยการทำลายชีวิต หรือทรัพย์สินของตนเองและผู้อื่น เช่น เสพสิ่งเสพติดการขว้างปาสิ่งของให้แตกหักเสียหาย

#### การพัฒนาบุคลิกภาพของวัยรุ่น

1. ควรมีเหตุผล วัยรุ่นมักจะกระทำหรือมีความคิดที่ไม่สุภูมิ รับผิดชอบ และปราศจากเหตุผลอยู่เสมอ ซึ่งทำให้ตนเองได้รับความผิดพลาดเสียหายเสมอ วัยรุ่นควรรู้จักคิด รู้จักทำอย่างมีเหตุผล เพื่อลดความผิดพลาดและความเสียหายแก่ตนเอง และผู้อื่น
2. ความเชื่อมั่นในตัวเอง การสร้างเชื่อมั่นในตัวเองจะเสริมบุคลิกภาพให้ดีขึ้น กล่าวตัดสินใจในทางที่ถูกต้อง และสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ด้วยตนเอง
3. ความร่าเริง วัยรุ่นควรได้รับการส่งเสริมให้เป็นผู้ที่มีความสนุกสนาน ร่าเริงแจ่มใส อยู่เสมอไม่ควรเคร่งเครียดกับชีวิตจนเกินไป ความสนุกสนานร่าเริงแจ่มใสยอมทำให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีตามไปด้วย
4. ความกระตือรือร้น วัยรุ่นควรเป็นวัยที่มีความกระตือรือร้น ขยันขันแข็งอยู่ตลอดเวลา ไม่ควรมีลักษณะที่เฉื่อยชา ซึมเศร้า และเกียจคร้าน
5. ความกล้า ความกล้าเผชิญกับปัญหาต่างๆ ไม่หนีปัญหา ความกล้าในการแสดงความคิดเห็น กล้าพูด กล้าทำ ในสิ่งที่สร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์ต่อสังคม

6. มีอารมณ์ขัน การมีอารมณ์ขันบ้างในชีวิต จะช่วยผ่อนคลายความเครียด ความหงุดหงิด ความไม่สบายใจลงได้บ้าง
7. ความไม่เห็นแก่ตัว วัยรุ่นควรฝึกฝนตนให้รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักเมตตาเสียสละ แก่ผู้อื่นบ้าง เช่น การแบ่งปันอาหาร เสื้อผ้าของใช้ต่างๆ แก่ผู้ที่ยากไร้ หรือยากจน เป็นต้น
8. ความเห็นอกเห็นใจ วัยรุ่นควรมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ไม่ควรเอาแต่ใจตัวเอง หรือถือตัวเองเป็นหลักในเรื่องต่างๆ
9. ความใจเย็น ปกติวัยรุ่นจะเป็นผู้มีอารมณ์ร้อน รุนแรง ซึ่งอาจทำอะไรผิดพลาดได้ง่าย วัยรุ่นควรฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้ที่มีอารมณ์เย็น หรือใจเย็น
10. ความประหยัด วัยรุ่นบางคนอาจชอบความหรูหรา ฟุ่มเฟือย และยังไม่รู้จักประมาณการใช้จ่ายเงินทอง เพราะฉะนั้น ควรได้รับการปลูกฝังเรื่องการประหยัด รู้จักการใช้จ่ายความจำเป็น รู้คุณค่าของเงิน รู้จักเก็บหอมรอมริบ
11. ความมีระเบียบวินัย วัยรุ่นมักทำตัวเอง ขัดกับระเบียบวินัยนอกกลุ่ม นอกทาง อยู่ตลอดเวลา การประพฤติตนให้อยู่ในระเบียบวินัย หรือบรรทัดฐานของสังคม จะทำให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
12. ความมีศีลธรรม วัยรุ่นควรได้รับการส่งเสริมและการปลูกฝังทางด้านศีลธรรม เช่น มีความกตัญญูตเวทีมีหิริและโอตตัมปะ (ความละอายและความเกรงกลัวต่อบาป) มีสัจจะ มีความซื่อสัตย์สุจริต เป็นต้น

### ประเด็นคำถาม “พัฒนาการวัยรุ่น”

1. อยู่โบน้าชาย ชอบแคะ ชอบเกา เพราะกลัวไม่หล่อ (สิ่วชาย )
2. อยู่โบน้าหญิง ชอบแคะ ชอบเกา เพราะกลัวไม่สวย (สิ่วหญิง )
3. สองฤดูสง่า นี่แหละหนาเขาว่าหญิง (หน้าอก)
4. เว้าโค้งส่ายไปมา ชายผ่านมาเป็นต้องมอง (สะโพก)
5. รูปร่างเหมือนกล้วย เขาว่าช่วยเพิ่มเผ่าพันธุ์ (อวัยวะเพศชาย)
6. ของรักของสงวนในผู้หญิงใครแอบอิงเป็นได้เรื่อง (อวัยวะเพศหญิง )
7. คำๆ หยากๆ อยู่ใต้วงแขน เต่าเรียกว่าพ่อ (ขนรักแร้ชาย)
8. คำๆ หยากๆ อยู่ใต้วงแขน เต่าเรียกว่าแม่ (ขนรักแร้หญิง)
9. ตัวอะไรยามชายฝันถึงคนรักวิ่งมาทัก นำรักจิ้ง (ตัวอสุจิ)
10. หนึ่งเดือนมา 1 ครั้ง หากพลาดพลั้งมา 1 คน (ประจำเดือน)

## เอกสารประกอบ 4.3

### กิจกรรม “ขั้นไหน หยุดใจไว้ให้เธอ”

#### ประเด็นคำถาม “การก้าวไปสู่การมีเพศสัมพันธ์”

1. คิดว่าจุดใดที่เหมาะสมจะสิ้นสุดของความสนิทสนมทางร่างกายเพราะเหตุใดจึงคิดเช่นนั้น
2. ความสัมพันธ์ทางเพศก่อตัวขึ้นบ่อยครั้งที่มีการจับมือ ถือแขน และจะนำไปสู่การหอมแก้มซึ่งอาจนำไปสู่การจูบแบบซาบซึ้ง และดูดดื่ม แล้วถ้าทั้งคู่ไม่ได้ตั้งขอบเขตในความสัมพันธ์ของตนจะเกิดอะไรขึ้น
3. แต่ละคนมีความสามารถในการควบคุมตนเอง ถ้าทั้งคู่เลือกที่จะรอคอยจนกระทั่งแต่งงานเป็นการฉลาดหรือไม่ ถ้าปล่อยให้การสัมผัสทางร่างกายยังคงดำเนินไปเรื่อยๆ ซึ่งยากที่จะหยุดและอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้
4. แผนภูมินี้พูดถึงการกระตุ้นไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ วิทยุจำนวนมากเชื่อว่าตนสามารถทำ “อะไรก็ได้” แต่ยังคงรักษาพรหมจรรย์ไว้ได้อย่างมีเทคนิค” เพราะเหตุใดการทำเช่นนั้นไม่เป็นการฉลาด สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อคุณอย่างไรในด้านศีลธรรม ร่างกาย สังคม อารมณ์และสติปัญญา

ขั้นที่ 1 : อยู่ด้วยกัน

ขั้นที่ 2 : จับมือถือแขนกัน

ขั้นที่ 3 : หอมแก้มก่อนจากกัน

ขั้นที่ 4 : จูบแบบซาบซึ้งดูดดื่ม

ขั้นที่ 5 : กอดจูบ

ขั้นที่ 6 : ลูบคลำ

ขั้นที่ 7 : ลูบคลำหนักขึ้น

ขั้นที่ 8 : รุกเร้าบริเวณของสงวน

ขั้นที่ 9 : มีเพศสัมพันธ์

ขั้นที่ 10 : ความสัมพันธ์สิ้นสุดลงในรูปแบบเดิมที่เป็นอยู่

ขั้นที่ 1 - 3 : ไม่มีการกระตุ้นความรู้สึกบริเวณของสงวน

ขั้นที่ 4 - 5 : เริ่มมีการกระตุ้นความรู้สึก

ขั้นที่ 6 - 7 : ของสงวนชายถูกกระตุ้น

ขั้นที่ 8 : ของสงวนหญิงถูกกระตุ้น

ถ้าปล่อยให้สถานการณ์มันได้ขั้นที่ 4 ขึ้นไป ก็เสี่ยงต่อการที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ แล้วเมื่อมีหนึ่งครั้งก็จะต้องมีครั้งต่อไปอีก การที่จะหยุดหรือระงับสถานการณ์การมีเพศสัมพันธ์ คือ ไม่ปล่อยให้มีโอกาสอยู่ด้วยกันตามลำพังระหว่างหญิงชาย ไม่ปล่อยให้มีการถูกเนื้อต้องตัวกันและสถานการณ์การมีเพศสัมพันธ์ของแต่ละคนอาจไม่ได้เกิดขึ้นในขั้นเดียวกัน

ความรู้สึกเมื่อมีเพศสัมพันธ์ หญิงจะคิดถึงความรัก ความเป็นเจ้าของ ชายเป็นความใคร่ ไม่ค่อยมีความผูกพัน หญิงมองว่าชายชอบหญิงตรงความสวยงาม เช็กซี หนูนดี แต่งตัวเก่ง oungeasyเดียว ชายชอบมองหญิงสวย ควงสาวสวย หนูนดี แต่เลือกคู่ครองที่มีความเป็นกุลสตรี งามทั้งกายงามทั้งใจ

## ใบความรู้ “ประโยชน์ของการควบคุมตนเอง”

1. ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ (ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์)
2. ปลอดภัยจากความเจ็บปวดที่ต้องยกลูกของตนให้เป็นบุตรบุญธรรมของคนอื่น
3. ปลอดภัยจากปัญหาทางกายและทางอารมณ์ เกี่ยวเนื่องจากการทำแท้ง
4. ปลอดภัยโรคติดต่อสัมพันธ์
5. ปลอดภัยจากความเสี่ยงและผลข้างเคียงของยาคุมกำเนิดและเครื่องช่วยในการคุมกำเนิด
6. ปลอดภัยจากการแต่งงานเร็วเกินไป
7. ปลอดภัยจากการถูกขูดรีดผลประโยชน์โดยไม่ได้ตั้งใจ
8. ไม่ได้ทำอันตรายต่อระบบสืบพันธุ์ของตนเอง (หรือของคนอื่น)
9. ปลอดภัยจากอุปสรรคที่จะก้าวไปสู่เป้าหมายของชีวิต
10. เป็นการง่ายที่จะสร้างความไว้วางใจกันให้มากขึ้นในชีวิตสมรส
11. มีความสุขกับการเป็นวัยรุ่นโดยไม่มีปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์

## ประเด็นคำถาม “รู้จัก รู้ปฏิเสธ”

1. เมื่ออยู่ตามลำพังชาย หญิง แล้วผู้ชายขอมีเพศสัมพันธ์จะมีวิธีปฏิเสธอย่างไร?
2. บริเวณร่างกายของผู้หญิง 10 จุด ที่ควรระวังมีอะไรบ้าง?
3. สถานที่ใดไม่ควรไปกับผู้ชายสองต่อสอง?
4. เราจะมีวิธีป้องกัน หรือปฏิเสธอย่างไร เมื่อมีคนชักชวนให้ไปอยู่สองต่อสอง?
5. เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยคืออะไร มีวิธีการแบบไหนบ้าง?
6. เราจะมีกรคบเพื่อนต่างเพศให้เหมาะสมอย่างไร?
7. สิ่งที่ต้องระวัง เมื่อผู้ชายกับผู้หญิงอยู่กันสองต่อสอง?

## 5 ข้อสำคัญเมื่อต้องไปไหนกับแฟน

1. รู้จักปฏิเสธ เมื่อเราถูกแฟนคุกคามทางเพศ ต้องพูดตั้งๆ ว่า “อย่า” พร้อมกับแสดงท่าทีว่าไม่พอใจ หากเราพูดเบาๆ ในลำคอ แฟนของเราอาจเข้าใจว่าเราไม่ปฏิเสธ
2. ลูกหนึ่ทันที ขณะที่เราพูดปฏิเสธ ต้องอย่าพูดเฉยๆ ควรลูกหนึ่จากตรงนั้นทันที
3. ต้องมีสติ หากไปเที่ยวกับแฟน ไม่ควรดื่มเหล้า หรือใช้ยาเสพติดเพราะจะทำให้เราขาดสติ และไม่สามารถควบคุมตนเองได้
4. ไปในที่ปลอดภัย ไม่ว่าจะไปที่ไหน ควรอยู่ในที่ที่เรายังมองเห็นเพื่อนคนอื่นๆ ด้วย และต้องรู้วิธีกลับบ้านเอง
5. วางแผนและตัดสินใจ ควรคิดตัดสินใจไว้ก่อนว่า เราพร้อมจะใกล้ชิดกับแฟนแค่ไหน ในเมื่อเราไม่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ เช่น ถ้าแฟนขอจับมือ เราจะยอมหรือไม่

## วิธีการปฏิเสธการมีเพศสัมพันธ์

- ฉันยังไม่พร้อม
- ฉันว่าเรารอก่อนได้
- ชีวิตของฉันไม่จำเป็นต้องรีบร้อนขนาดนั้น
- เราน่าจะรู้จักกันดีกว่านี้

- คนรักกันจริงเขาไม่ทำอย่างนี้หรอก
- ฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์อย่างฉาบฉวย
- ถ้ารักกันต้องเลิกทำเรื่องแบบนี้
- ฉันไม่อยากทำร้ายตนเอง
- ที่เกิดเรื่องก็เพราะครั้งเดียวนี้แหละ
- เสียโอกาสดีๆ ที่จะได้รับในอนาคต
- ฉันไม่อยากติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ฉันกลัวท้อง
- ฉันกลัวจะรับปัญหาที่ตามมาไม่ไหว
- พ่อแม่อาจเสียใจ
- พุดด้วยความมั่นใจ และพุดด้วยเหตุผล

## 10 จุดที่ผู้หญิงต้องระวัง

1. แก้ม
2. ริมฝีปาก ลิ้น
3. ซอกคอ
4. ฝ่ามือ
5. แขน
6. ต้นแขน
7. หน้าอก
8. หน้าท้อง
9. อวัยวะเพศ
10. ต้นขา

## 5 ข้อที่สาว ๆ ควรยับยั้งชั่งใจ ละเลิกการมีเพศสัมพันธ์

1. ระวังว่าจะมีมลทิน หากเจอคนที่คุณรักจริง
2. ยาคูมกำเนิดไม่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้
3. การมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้ทำให้คุณวิเศษ หรือแตกต่างไปจากคนอื่น
4. คุณจะมีความสุข เมื่อรอจนกว่าจะพบคนที่คุณรัก และเต็มใจที่จะมีเพศสัมพันธ์อย่างแท้จริง
5. การรอจนกว่าคุณพร้อมเป็นเครื่องพิสูจน์รักแท้

## การคบเพื่อนต่างเพศไม่ให้เกินเลย

1. เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของตนเอง รู้จักการควบคุมตนเอง
2. ไม่เปิดโอกาสให้ฝ่ายชายถูกเนื้อต้องตัว
3. หลีกเลี่ยงการจับไม้จับมือ
4. ไม่อยู่ในที่ลับตาสองต่อสอง
5. ไม่ให้เพื่อนชายเข้ามาในห้องส่วนตัว
6. เมื่อรับโทรศัพท์เจอคำพูดหวานต้องกล้าปฏิเสธ

7. ไม่ควรไปเที่ยวบ้านเพื่อนชาย
8. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์
9. ไม่ไปดูหนังกันสองต่อสอง หรือหนังลามกอนาจาร
10. บังคับใจตัวเอง นี่ถึงความถูกต้องและผลเสียที่จะตามมา
11. ไม่เอาเปรียบทางเพศและให้เกียรติซึ่งกันและกัน

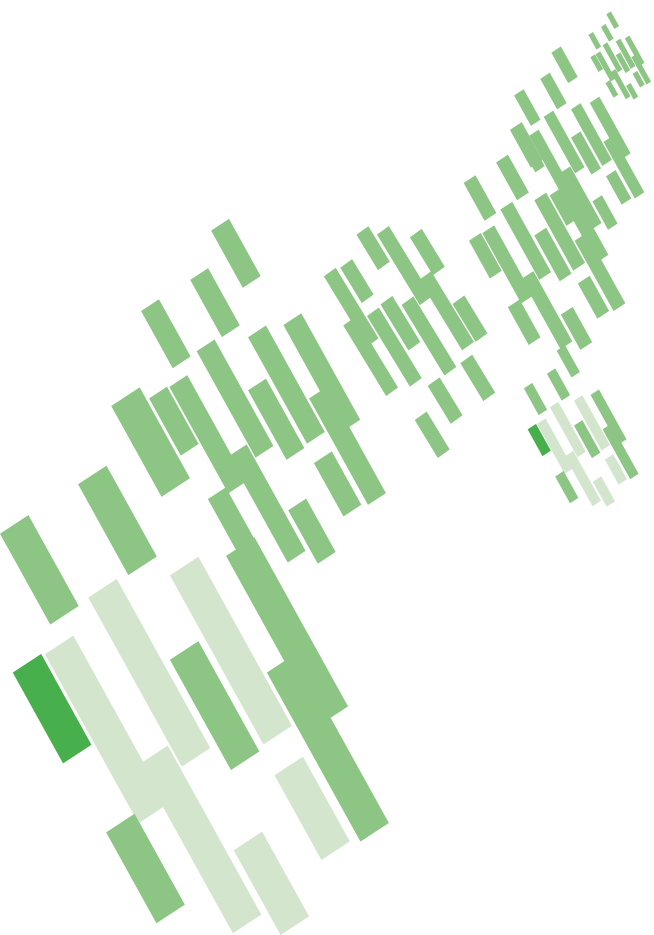
### การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่พร้อม ส่งผลกระทบบังนี้

1. เสียใจ...เสียตัว และเสียอนาคต
2. กังวล และไม่สบายใจ
3. ตั้งท้องโดยไม่พร้อม
4. ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
5. พ่อแม่ผิดหวัง และเสียใจ
6. สังคมไม่ยอมรับ

## หน่วยที่ 5

# การแสวงหาประโยชน์ทางเพศ เชิงพาณิชย์จากเด็ก

Commercial Sexual Exploitation of Children-CSEC



# 1. กิจกรรม “รู้จัก CSEC”

(เวลา 45 นาที)

## สาระสำคัญ

นิยาม ความหมาย และรูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กเชิงพาณิชย์ (CSEC) คือการค้าประเวณีเด็ก การใช้ประโยชน์ทางเพศจากเด็กในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว สื่อลามกเด็ก การแต่งงานก่อนวัยอันควร และการค้าเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ

## วัตถุประสงค์

- เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจ ถึงนิยาม ความหมาย และรูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก (CSEC)
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมรู้เท่าทันถึงสถานการณ์ และรูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก

## ขั้นตอน

1. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่มๆ ละ 5-8 คน
2. ให้แต่ละกลุ่มยื่นเข้าแถวตอนลึก
3. วิทยากรวาง Jigsaw ให้ตรงกับแถวของผู้เข้าอบรมทุกแถวๆ ละ 1 สี
4. ให้แต่ละกลุ่มวิ่งเปี้ยว แล้วหยิบ Jigsaw คนละ 1 ชิ้นต่อรอบ เมื่อครบแล้วต่อ Jigsaw ให้สมบูรณ์
5. กลุ่มไหนเสร็จแล้ว ให้ปรบมือดังๆ เมื่อเสร็จทุกกลุ่ม วิทยากรให้อ่านและทำความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาใน Jigsaw
6. วิทยากรขออาสาสมัครอ่านความหมายของคำว่า CSEC ดังๆ
7. วิทยากรสรุปความหมายของ CSEC พร้อมทั้งนำเสนอตัวอย่างข่าวจากหนังสือพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับ CSEC

## สื่อ / อุปกรณ์

1. Jigsaw ความหมายของ CSEC จำนวน 5 ชุด โดยมีสีที่แตกต่างกัน
2. ข่าวจากหนังสือพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบของ CSEC

## ข้อควรระวัง

- ความหมายของ CSEC มีความซับซ้อน วิทยากรจึงควรมีความชัดเจนในเนื้อหา ถ่ายทอดโดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและยกตัวอย่างประกอบ
- เนื่องจากกิจกรรมเป็นลักษณะของการวิ่งเปี้ยว ดังนั้นสถานที่จัดกิจกรรมจึงควรมีความกว้างเพียงพอและไม่มีสิ่งกีดขวาง

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 5.1

## 2. กิจกรรม “เจาะลึกเรื่อง CSEC”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

### สาระสำคัญ

สาเหตุ ผลกระทบ แนวทางในการป้องกัน แก้ไขปัญหาการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก และการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน

### วัตถุประสงค์

- เพื่อวิเคราะห์สาเหตุ ปัจจัย ที่ทำให้เด็กอยู่ในภาวะเสี่ยง และผลกระทบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก (CSEC)
- เพื่อให้เด็ก เยาวชน มีส่วนร่วมในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก (CSEC)

### ขั้นตอน

1. แบ่งกลุ่มผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่มๆ ละ 5 - 8 คน
2. แจกกรณีศึกษาให้แต่ละกลุ่ม ๆ ละ 1 กรณีศึกษา ให้แต่ละกลุ่มอ่านและศึกษาเนื้อหาในกรณีศึกษาพร้อมทั้งแลกเปลี่ยนความคิดเห็นว่าเป็นการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กในรูปแบบไหน
3. ให้ตัวแทนกลุ่มนอนลงบนกระดาษปฐพีที่ต่อกัน 2 แผ่น แล้วสมาชิกกลุ่มที่เหลือช่วยกันวาดภาพโครงร่างของตัวแทนกลุ่มที่นอนเป็นแบบในกระดาษ
4. ให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ สาเหตุ ผลกระทบของสถานการณ์ปัญหาที่ได้จากการอ่านกรณีศึกษา โดยเขียนลงบนภาพโครงร่างของเด็กซึ่งใช้แทนตัวเด็กที่ได้รับผลกระทบ (ด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม) แนวทางป้องกัน แก้ไขปัญหาโดยกลุ่มเด็กและเยาวชน พร้อมทั้งระบายสีภาพให้สวยงาม
5. ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงาน
6. วิทยากรสรุป และอธิบายเพิ่มเติมถึงสาเหตุ ผลกระทบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก และแนวทางการสนับสนุนการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน

### สื่อ / อุปกรณ์

1. กรณีศึกษา จำนวน 5 กรณี
2. กระดาษปฐพี
3. กระดาษขาว
4. ปากกาเคมี / สีเทียน

### ข้อเสนอแนะ

- ควรให้เวลาที่เหมาะสมสำหรับแต่ละกลุ่มในการวิเคราะห์
- วิทยากรที่ดำเนินกิจกรรมต้องแม่นยำในเนื้อหา

หมายเหตุ \*ดูเพิ่มเติมในเอกสารประกอบ 5.2

### 3. กิจกรรม “บันไดงู ฎีกฎหมายและเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

#### สาระสำคัญ

พรบ.ที่เกี่ยวข้องกับการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก พรบ.คุ้มครองเด็ก พรบ.ป้องกันและปราบปรามการค้าผู้หญิงและเด็ก หน่วยงาน และองค์กรที่ทำงานด้านการปกป้องคุ้มครองเด็ก

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อเรียนรู้ และเข้าใจ กฎหมาย / พรบ. ที่เกี่ยวข้องกับปัญหา CSEC
- เพื่อแนะนำหน่วยงาน และองค์กรที่ทำงานด้านการปกป้องคุ้มครองเด็ก

#### ขั้นตอน

1. แบ่งกลุ่มผู้เข้าอบรมออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6-8 คน
2. วิทยากรนำบัตรคำตอบ ไปวางไว้ตามจุดต่าง ๆ ในบริเวณที่ใช้เล่นเกม
3. วิทยากรแนะนำวิธีการเล่นบันไดงู โดยให้ตัวแทนกลุ่มมาทอยลูกเต๋าว่าใครจะได้เล่นก่อน
4. เริ่มเล่นโดยให้ตัวแทนผู้เล่นแต่ละทีมทอยลูกเต๋า เพื่อเดินแต้มบันไดงูเท่ากับจำนวนแต้มบนลูกเต๋า และวางสัญลักษณ์ของกลุ่มลงในช่องนั้น หากตรงกับหมายเลขในช่องใด กลุ่มต้องไปดูคำถามตามหมายเลขช่องนั้นและไปศึกษาหาคำตอบที่ติดไว้รอบ ๆ ห้อง โดยมีกติกาว่าสมาชิกในกลุ่มต้องจับมือกันไปเป็นกลุ่ม ยกเว้นสมาชิก 1 คนที่ทำหน้าที่ถือสมุดจด
5. เมื่อได้คำตอบแล้วให้จับมือกันไปหาวิทยากรตามหมายเลขข้อกำหนดไว้เพื่อตอบคำถาม หรือบอกสิ่งที่ได้เรียนรู้ เมื่อกลุ่มเด็กตอบคำถามได้ถูกต้องจะได้รับสิ่งที่กำหนดให้เป็นสัญลักษณ์จากวิทยากรผู้ทำหน้าที่ตอบคำถามในการได้รับสิทธิ์ไปทอยลูกเต๋าท่อ
6. เล่นเกมบันไดงูจนกว่าจะได้ผู้ชนะเลิศ หรือหมดเวลา โดยอาจเตรียมของขวัญ/รางวัลสำหรับกลุ่มที่ชนะเลิศ และรางวัลปลอบใจไว้ด้วย
7. วิทยากรสรุปเนื้อหา และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าอบรมซักถาม

#### สื่อ / อุปกรณ์

1. แผ่นบันไดงู 1 แผ่น
2. ลูกเต๋า 1 ลูก
3. บัตรคำถาม
4. บัตรคำตอบ
5. สัญลักษณ์แทนกลุ่ม เช่น ลูกอมแบ่งตามสีของแต่ละกลุ่ม
6. ของขวัญสำหรับทีมที่ชนะเท่ากับจำนวนสมาชิกในกลุ่มและรางวัลปลอบใจ

#### วิทยากร

- วิทยากรประจำจุด 1 คน / วิทยากรสันทนาการ 1 คน / วิทยากรทำหน้าที่ตอบคำถาม 2 คน

## แนวคำถามสำหรับกิจกรรมบันไดงู

1. เด็ก ตามความหมายของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก หมายถึง ?
2. สิทธิเด็ก ตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก มีกี่ด้าน อะไรบ้าง?
3. แรงงานเด็ก หมายถึงใคร?
4. การค้าประเวณีตาม พ.ร.บ.ป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ.2539 หมายถึงอะไร?
5. กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก มีอะไรบ้าง?
6. ผู้ปกครอง ตามพรบ.คุ้มครองเด็ก หมายถึงใคร ?
7. พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงานเด็ก พ.ศ.2541 ให้การคุ้มครองเด็กอย่างไร ?
8. เด็กที่ต้องได้รับการสงเคราะห์ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็กมีกี่ประเภท อะไรบ้าง
9. เด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองสวัสดิภาพ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก มีกี่ประเภท อะไรบ้าง?
10. ผู้โฆษณาหรือเผยแพร่ทางสื่อสารมวลชนหรือสารสนเทศ ซึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็กหรือผู้ปกครองจนทำให้เสียหาย ต้องระวางโทษอย่างไร ?
11. การทารุณกรรม หมายถึง อะไร ?
12. คณะกรรมการคุ้มครองเด็กมีกี่ระดับ อะไรบ้าง
13. กรณีที่พบเห็นเด็กชื้อ หรือเสพยา หรือบุหรี่ปนักงานเจ้าหน้าที่ต้องปฏิบัติอย่างไร ?
14. ผู้เป็นธุระจัดหา ล้อ หรือชักพาไปเพื่อให้เด็กกระทำการค้าประเวณีมีโทษอย่างไรตามกฎหมาย ?
15. ถ้าบิดา มารดา หรือผู้ปกครอง มีส่วนร่วมรู้เห็นเป็นใจให้เด็กในความปกครองกระทำการค้าประเวณี มีโทษอย่างไร ?
16. การทารุณกรรมทางเพศต่อเด็ก หมายถึงอะไร ?
17. ถ้าเราพบเจอเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ เราควรแจ้งหน่วยงานใดบ้าง ?
18. หน่วยงานพัฒนาภาคเอกชนที่ทำงานป้องกัน และช่วยเหลือเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศในจังหวัดของท่าน มีที่ไหนบ้าง ?
19. กรณีเด็กต้องถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย ควรได้รับการช่วยเหลือจากใครบ้าง ?
20. กรณีเด็กต้องการบำบัดฟื้นฟู รักษาพยาบาล ต้องได้รับการช่วยเหลือจากใครบ้าง ?
21. กรณีที่เด็กเป็นผู้เสียหาย ผู้ทำหน้าที่ในการสอบปากคำเด็ก ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มีใครบ้าง ?
22. การค้ามนุษย์ มีรูปแบบอย่างไรบ้าง ?
23. รูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์ (CSEC) มีอะไรบ้าง
24. บ้านพัก บ้านแรกรับ สำหรับเด็กที่ตกเป็นผู้เสียหาย ในจังหวัดเชียงรายมีที่ใดบ้าง ?
25. หน่วยงานในชุมชนที่สามารถให้ความช่วยเหลือผู้หญิง และเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ มีที่ใดบ้าง ?
26. หมายเลขโทรศัพท์แจ้งการมีเหตุด่วน เหตุร้าย เกี่ยวกับ CSEC มีหมายเลขอะไรบ้าง ?

## ข้อเสนอแนะ

- การจัดทำแผนบันไดงู ควรจะมีขนาดใหญ่และเหมาะสม
- แผนเฉลยคำตอบไม่ควรวางไกลเกินไป
- ผู้ให้คำถาม และผู้เฉลยคำตอบไม่ควรมีมากเกินไป
- กติกาในการดำเนินกิจกรรมควรเขียนให้ละเอียด
- ควรให้แต่ละกลุ่มสืต่อเป็นแถวยาวโดยใช้เชือกฟางล้อมรอบ เพื่อป้องกันความวุ่นวาย
- สถานที่ควรมีบริเวณโล่งกว้าง ไม่มีสิ่งกีดขวางเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

## เอกสารประกอบ 5.1

### กิจกรรม “รู้จัก CSEC”

#### ความหมายของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก Commercial Sexual Exploitation of Children (CSEC)

การแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์ถือเป็นการล่วงละเมิดสิทธิของเด็กอย่างร้ายแรง และประกอบด้วยการล่วงละเมิดทางเพศโดยผู้ใหญ่ รวมเข้ากับการให้ผลตอบแทนซึ่งอาจเป็นเงินทองหรือสิ่งของ หรือสิ่งตอบแทนอื่นที่ไม่ใช่ตัวเงินให้กับเด็ก หรือบุคคลที่สาม เด็กถูกปฏิบัติด้วยเสมือนเป็นวัตถุทางเพศและถูกใช้เพื่อหาประโยชน์/กำไร การแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์เป็นรูปแบบการข่มขืนและการใช้ความรุนแรงต่อเด็ก และถือได้ว่ามีส่วนทำให้เกิดการข่มขืนใช้แรงงานขึ้น และถือเป็นรูปแบบการใช้ทาสในสมัยปัจจุบัน

จาก - วาระเพื่อการปฏิบัติแห่งกรุงสต็อกโฮล์ม ปี 1996

**เด็ก** หมายถึง บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีทั้งเพศชายและหญิง เว้นแต่ เด็กที่บรรลุนิติภาวะก่อนกำหนดตามกฎหมายที่ใช้ในแต่ละประเทศ

#### อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก (Convention on the Rights of the Child-CRC)

อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก คือ ข้อตกลงระหว่างประเทศที่กำหนดสิทธิประการต่าง ๆ ที่เด็กทุกคนทั่วโลกควรได้รับ อนุสัญญานี้ผ่านการรับรองของสหประชาชาติ ในปี พ.ศ. 2532 และมีผลบังคับใช้ในปี พ.ศ. 2533 ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งในจำนวน 192 ประเทศทั่วโลกที่ลงนามให้สัตยาบันรับรองอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กในวันที่ 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2535

สาระสำคัญของอนุสัญญาเกี่ยวกับสิทธิขั้นพื้นฐานของเด็ก 4 ประการ คือ

- สิทธิที่จะมีชีวิตรอด (Rights to Life)
- สิทธิที่จะได้รับการพัฒนา (Rights to be Developed)
- สิทธิที่จะได้รับการปกป้องคุ้มครอง (Rights to be Protected)
- สิทธิที่จะมีส่วนร่วม (Rights to Participation)

#### อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กที่เกี่ยวข้องกับ CSEC

- มาตรา 32 รัฐภาคียอมรับสิทธิของเด็กที่จะได้รับการคุ้มครองจากการแสวงหาประโยชน์ทางเศรษฐกิจ และจากการทำงานที่น่าจะเป็นการเสี่ยงอันตราย หรือที่ขัดขวางการศึกษาของเด็ก เป็นอันตรายต่อสุขภาพ หรือการพัฒนาทางร่างกาย สมอง จิตใจ ศีลธรรม และสังคมของเด็ก
- มาตรา 34 รัฐภาคีรับที่จะคุ้มครองเด็กจากการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ และการกระทำทางเพศที่ไม่ชอบทุกรูปแบบเพื่อการนี้ รัฐภาคีจะดำเนินมาตรการที่เหมาะสมทั้งปวง ทั้งมาตรการภายในประเทศ และมาตรการทวิภาคีและพหุภาคีเพื่อป้องกัน
  - การชักจูง หรือบีบบังคับเด็กให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางเพศใด ๆ ที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย
  - การแสวงหาประโยชน์จากเด็กในการค้าประเวณี หรือการกระทำอื่นที่เกี่ยวกับเพศที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย
  - การแสวงหาประโยชน์จากเด็กในการแสดงลามกอนาจาร และที่เกี่ยวกับสิ่งลามกอนาจาร

- **มาตรา 3** รัฐภาคีจะคุ้มครองเด็กจากการถูกแสวงหาประโยชน์ในทุกรูปแบบที่เป็นผลร้ายต่อ สวัสดิภาพของเด็กไม่ว่าด้านใด
- **มาตรา 39** รัฐภาคีจะดำเนินมาตรการที่เหมาะสมทั้งปวง ที่จะส่งเสริมการฟื้นฟูทั้งทางร่างกายและจิตใจ การกลับคืนสู่สังคมของเด็กที่ได้รับผลจากการละเลยไม่ว่าในรูปแบบใด การแสวงหาประโยชน์ การกระทำอันมิชอบ การทรมาน หรือการลงโทษ การปฏิบัติใด ๆ ที่โหดร้าย ไร้มนุษยธรรม การพิพาทกันด้วยอาวุธ การฟื้นฟูเยียวยา หรือการกลับคืนสู่สังคมจะดำเนินในสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ การเคารพตนเอง และศักดิ์ศรีของเด็ก

อ้างอิงจากอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ ปี พ.ศ. 2542

## รูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก

การแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก (CSEC) มีรูปแบบที่สำคัญและสัมพันธ์กันอยู่ 5 รูปแบบ อันได้แก่ การค้าประเวณีเด็ก สื่อลามกเด็ก การล่อลวง ลักพาเด็กเพื่อประโยชน์ทางเพศ การใช้ประโยชน์จากเด็กในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว และการแต่งงานก่อนวัยอันควร

**การค้าประเวณีเด็ก (Prostitution of Children)** หมายถึง การใช้เด็กเพื่อตอบสนองความต้องการทางเพศ เด็กอาจถูกควบคุมโดยคนกลางที่จัดการติดต่อซื้อขาย หรือผู้ที่มีความประสงค์ล่อลวงละเมิดเด็กอาจติดต่อกับเด็กโดยตรง นอกจากนี้การค้าประเวณีเด็กเกิดขึ้นเมื่อเด็กมีเพศสัมพันธ์เพื่อแลกเปลี่ยนกับความจำเป็นพื้นฐาน เช่น อาหาร ที่พัก ความช่วยเหลือต่าง ๆ หรือเงินพิเศษ

**สื่อลามกอนาจารเด็ก (Child Pornography)** คือ การนำเสนอไม่ว่ารูปแบบใดก็ตาม ที่เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางเพศจริง ๆ หรือเลียนแบบกิจกรรมทางเพศ หรือสื่อไปในทางเพศ หรือการนำเสนออวัยวะทางเพศของเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ สื่อลามกอนาจารเด็กรวมถึง รูปภาพ สื่อภาพและเสียง ข้อเขียน ซึ่งสามารถนำไปเผยแพร่ทางนิตยสาร หนังสือ ภาพเขียน ภาพยนตร์ วีดีโอเทป โทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ดีสค์ หรือไฟล์ โดยทั่วไป สื่อลามกอนาจารเด็กจำแนกได้เป็น 2 ประเภท คือ

- การนำเสนอที่มีได้นำเสนอกิจกรรมทางเพศอย่างโจ่งแจ้ง แต่เป็นภาพเปลือยและภาพยั่วยวนของเด็ก
- การนำเสนอกิจกรรมทางเพศที่เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมดังกล่าว

**การท่องเที่ยวเพื่อมีเพศสัมพันธ์กับเด็ก (Child Sex Tourism)** คือ การแสวงหาประโยชน์ทางเพศทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก โดยบุคคลซึ่งเดินทางจากประเทศของตนไปยังประเทศอื่น ซึ่งมักเป็นประเทศด้อยพัฒนาว่า รวมทั้งการเดินทางภายในประเทศ และมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางเพศกับเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี

**การค้าเด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศ (Trafficking of Children for Sexual Purpose)** คือ การกระทำต่อเด็กด้วยการจัดหา ซื้อ ขาย หน่วงเหนี่ยว กักขัง รับไว้ ด้วยวิธีการข่มขู่ ใช้กำลังบังคับ ลักพาตัวหลอกลวง ใช้อำนาจโดยมิชอบ อาศัยความอ่อนด้อยประสบการณ์ หรือความรู้ โดยการให้เงิน หรือผลประโยชน์อย่างอื่น เพื่อให้ผู้ปกครองยินยอม และมีเจตนาเพื่อแสวงหาประโยชน์ทางเพศสำหรับตนเองหรือผู้อื่น เช่น การบังคับให้ค้าประเวณี การบังคับให้ทำกิจกรรมทางเพศ การบังคับให้แต่งงาน การทารุณกรรมทางเพศ

การแต่งงานก่อนวัยอันควร (Child Marriage) คือ การแต่งงานของเด็กที่อายุต่ำกว่า 18 ปี และมีการใช้เด็กเพื่อวัตถุประสงค์ทางเพศเพื่อแลกเปลี่ยนกับการใช้เงินสด หรือสิ่งของเป็นการตอบแทน การแต่งงานก่อนวัยอันควรคุกคามสิทธิมนุษยชนของเด็ก การบังคับให้เด็กแต่งงาน โดยเด็กไม่มีโอกาสที่จะใช้สิทธิในการเลือก (การคลุมถุงชน) บางครั้งมีการแต่งงานชั่วคราวหรือหรือแต่งงานหลอก ๆ เพื่อพาเด็กแยกจากครอบครัว ปกปิดการค้าประเวณีเด็ก

ปัจจัยที่ทำให้เด็กเสี่ยงต่อการถูกแสวงหาประโยชน์ทางเพศ

- ความยากจน
- การเลือกปฏิบัติ/ชาติพันธุ์
- การทารุณกรรมและการละเลยเด็กในครอบครัว
- บริโศคนิยม วัตถุนิยม
- ภาวะสงครามการใช้ชีวิตและทำงานอยู่ตามท้องถนนการแบ่งแยกเชื้อชาติ
- พฤติกรรมทางเพศจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ จารีตประเพณี
- กฎหมายที่ไม่เข้มงวดพอและการฉ้อโกง
- พฤติกรรมทางเพศที่ได้รับความรับผิดชอบและความเชื่อปรัมปรา

ผลกระทบ

- เด็กถูกรีดรอนสิทธิตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ไม่ได้รับการพัฒนาทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และการใช้ชีวิตในวัยเยาว์
- ผลกระทบทางร่างกาย: เด็กมักถูกทำร้ายร่างกาย เสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ HIV/AIDS การตั้งครรภ์ พิการ บางรายเสียชีวิต
- ผลกระทบทางด้านจิตใจ: เด็กรู้สึกอับอาย รู้สึกผิด ไร้ค่า เจ็บปวด ทุกข์ทรมานจากฝันร้าย นอนไม่หลับ ท้อแท้และสิ้นหวัง มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ในกรณีที่มีการบันทึกภาพที่ตนถูกล่วงละเมิดทางเพศ เช่น ภาพถ่าย ความรับรู้ถึงความคงอยู่ของภาพเหล่านี้คือเครื่องย้ำเตือนอันแสนเจ็บปวดที่ทำให้เด็กนึกถึงการล่วงละเมิดที่เกิดขึ้น

อ้างอิงจาก ปุจฉา – วิจัยว่าด้วยการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก องค์การเอ็คแพท อินเตอร์เนชั่นแนล ปี พ.ศ. 2550

## เอกสารประกอบ 5.2

### กิจกรรม “เจาะลึก CSEC”

#### - กรณีศึกษาที่ 1 -

เป็ยเป็นเด็กผู้หญิงอายุ 13 ปี เรียนจบ ป.6 แล้วไม่ได้เรียนต่อ ครอบครัวยากจน เลี้ยงชีพด้วยการขายผลผลิตทางการเกษตรเล็กๆ น้อยๆ ที่ปลูกในดินซึ่งเช่าคนอื่น เป็ยมีพี่สาว 2 คน และน้องชาย 2 คน ครอบครัวเป็ยได้กู้เงินจากนายทุนจำนวนมาก เพื่อลงทุนในการเกษตร และจัดงานเลี้ยงแต่งงานให้กับพี่สาว หลายปีที่ผ่านมา การเพาะปลูกล้มเหลว นายทุนจึงได้เสนอวิธีการล้างหนี้ด้วยการให้เป็ยแต่งงานด้วย และให้เป็ยไปช่วยทำงานที่บ้าน

#### - กรณีศึกษาที่ 2 -

บอยเป็นเด็กผู้ชายอายุ 13 ปี บอยไม่มีความสุขหลังจากที่พ่อหย่ากับแม่ และแม่แต่งงานใหม่ บอยทะเลาะมีปากเสียงบ่อยครั้งกับพ่อเลี้ยง เย็นวันหนึ่งหลังจากทะเลาะกับพ่อเลี้ยง บอยได้หนีออกจากบ้านขึ้นรถไฟเข้าไปในตัวเมือง เขาได้เดินทางมาถึงที่ที่ไม่เคยรู้จักและไม่รู้ว่าจะไปไหน จึงไปรวมกลุ่มนอนค้างกับเด็กเร่รอนขอทาน ที่สถานีรถไฟ บอยได้พบกับนักท่องเที่ยวทางใจดี นักท่องเที่ยวคนนั้นเข้ามาพูดคุย พาบอยไปทานอาหาร ซื้อเสื้อผ้าสวยๆ และรองเท้าอย่างดีให้ พร้อมทั้งชวนให้บอยไปอาบน้ำ และพักค้างคืนด้วยที่ห้องพักริมโรงแรม

#### - กรณีศึกษาที่ 3 -

มาลีเป็นเด็กสาวอายุ 14 ปี อาศัยอยู่กับแม่ พ่อได้ทิ้งครอบครัวไปตั้งแต่มาลียังเด็ก มาลีมีความฝันที่จะเป็นดารารายทงยนตร์ มาลีถูกล่อใจโดยชายคนหนึ่งที่ได้พบในงานปาร์ตี้ ชายคนนี้มีอาชีพสร้างภาพยนตร์สำหรับผู้ใหญ่ ซึ่งได้บอกว่ามาลีจะประสบความสำเร็จและสามารถทำเงินได้อย่างมากมาย มาลีถูกชักจูงให้ร่วมแสดง VCD ด้วยก้อนเงินโต โดยมีฉากที่ต้องมีเพศสัมพันธ์กับนักแสดงชายจริงๆ ด้วยความอยากเป็นดารา และอยากได้เงินเยอะมาลีจึงตอบตกลง

#### - กรณีศึกษาที่ 4 -

ผึ้ง อายุ 16 ปี แม่ของผึ้งเสียชีวิตด้วยโรคเอดส์ พ่อติดคุกเนื่องจากขายและเสพยาเสพติด วันหนึ่งป่าซึ่งเลี้ยงดูผึ้งมาตั้งแต่อายุ 5 ขวบ ได้พาผึ้งไปที่โรงแรมแห่งหนึ่งในเมืองใหญ่ที่เธอไม่รู้จัก และบังคับให้มีเพศสัมพันธ์กับชายคนหนึ่ง ผึ้งตะโกนร้องไห้ แต่ป่ากลับบอกให้เธอหยุดและบังคับให้เธอลับเข้าไปในห้อง ผึ้งต้องให้บริการแก่แขกวันละ 4-5 คน แยกจ่ายเงินให้ป่า และให้ขี้ป่แก่ผึ้งซึ่งต้องส่งต่อให้ป่า วันหนึ่งผึ้งถูกตำรวจจับและพาไปพักบ้านพักฉุกเฉินในองค์กรพัฒนาเอกชนแห่งหนึ่ง

## - กรณีศึกษาที่ 5 -

มีนา เป็นเด็กผู้หญิงอายุ 13 ปี ครอบครัวของมีนาเป็นชนเผ่าๆ หนึ่งในภาคเหนือของประเทศไทย มีนามีพี่น้องหลายคน พ่อของมีนาได้รับการติดต่อจากผู้หญิงวัยกลางคน ทำทางใจดีซึ่งเพื่อนบ้านแนะนำให้รู้จัก ให้มีนาไปทำงานด้วยในกรุงเทพฯ พ่อของมีนาดีใจมากที่สามารถหางานเด็กรับใช้ให้กับมีนา เพราะสามารถทำรายได้มาจุนเจือครอบครัว ช่วงแรกๆมีนามีความสุขดีกับงานและครอบครัวที่ทำงานให้ ต่อมาชายเจ้าของบ้านที่มีนาทำงานได้ชักจูงให้มีนามีเพศสัมพันธ์กับลูกชายของเขา ที่เห็นว่ามีนามีเสน่ห์ ถึงแม้ว่าเขาจะไม่ได้ข่มขู่เธอ แต่มีนาเชื่อว่าถ้าเธอไม่ทำตาม เธอคงถูกส่งตัวกลับบ้านของเธอ

## เอกสารประกอบ 5.3

# กิจกรรม “บันไดงู รู้กฎหมายและเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง”

### คำถาม - คำตอบ สำหรับวิทยากร

1. เด็ก ตามความหมายของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก หมายถึงอะไร?
  - เด็กหมายถึงบุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี บริบูรณ์ แต่ไม่รวมถึงผู้ที่บรรลุนิติภาวะด้วยการสมรส
2. สิทธิเด็ก ตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก มีกี่ด้าน อะไรบ้าง?
  - ตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก แบ่งสิทธิของเด็กเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการอยู่รอด ด้านการปกป้องคุ้มครอง ด้านการพัฒนา และด้านการมีส่วนร่วม
3. แรงงานเด็ก หมายถึงใคร?
  - แรงงานเด็กหมายถึงลูกจ้างซึ่งเป็นเด็กอายุตั้งแต่ 15 ปีบริบูรณ์ แต่ไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์
4. การค้าประเวณีตาม พ.ร.บ.ป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ.2539 หมายถึงอะไร?
  - การค้าประเวณีตาม พ.ร.บ.ป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ.2539 หมายถึงการยอมรับการกระทำชำเรา หรือการยอมรับการกระทำอื่นใด หรือการกระทำอื่นใดเพื่อสำเร็จความใคร่ในทางกามารมณ์ของผู้อื่น อันเป็นการลำสอนเพื่อสินจ้างหรือประโยชน์อื่นใด ทั้งนี้ไม่ว่าผู้ยอมรับการกระทำ และผู้กระทำจะเป็นบุคคลเพศเดียวกันหรือคนละเพศ
5. กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก มีอะไรบ้าง?
  - กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กมีดังนี้
    1. พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก
    2. พระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2539
    3. ร่าง พ.ร.บ.ป้องกันและปราบปรามการค้ามนุษย์
6. ผู้ปกครอง ตาม พรบ.คุ้มครองเด็ก หมายถึงใคร ?
  - ผู้ปกครอง ตามพรบ.คุ้มครองเด็ก หมายถึง บิดามารดา ผู้อนุบาล ผู้รับบุตรบุญธรรม และผู้ปกครอง ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ และให้หมายความรวมถึงพ่อเลี้ยง แม่เลี้ยง ผู้ปกครองสวัสดิภาพ นายจ้าง ตลอดจนบุคคลอื่น ซึ่งรับเด็กไว้ในความอุปการะเลี้ยงดูหรือซึ่งเด็กอาศัยอยู่ด้วย
7. พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงานเด็ก พ.ศ.2541 ให้การคุ้มครองเด็กอย่างไร ?
  - พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงานเด็ก พ.ศ.2541 ให้การคุ้มครองเด็ก ดังนี้
    - งานที่แรงงานเด็กทำได้จะต้องเป็นงานที่ถูกกฎหมายและศีลธรรม เป็นงานสุจริต
    - งานที่ทำไม่เสี่ยงอันตรายต่อสุขภาพอนามัยทั้งกาย จิตใจ และการเจริญเติบโต
    - แรงงานเด็กต้องได้รับค่าจ้างและการดูแลอย่างเหมาะสม
    - งานที่ทำนั้น ต้องยินยอมทำงานนั้นด้วยความสมัครใจ
    - ห้ามทำงานเกินวันละ 8 ชั่วโมง
    - ห้ามเด็กอายุ 13 ปี บริบูรณ์ แต่ไม่ถึง 15 ปีบริบูรณ์ทำงาน เวลา 22.00 – 06.00 น.
8. เด็กที่ต้องได้รับการสงเคราะห์ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็กมีกี่ประเภท อะไรบ้าง?
  - เด็กที่ต้องได้รับการสงเคราะห์ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็กมี 8 ประเภท ได้แก่
    - เด็กเร่ร่อน หรือเด็กกำพร้า

- เด็กที่ถูกทอดทิ้ง หรือพลัดหลง ณ ที่ใดที่หนึ่ง
  - เด็กที่ผู้ปกครองไม่สามารถอุ้มการเลี้ยงดูได้ด้วยเหตุใดๆ เช่น ถูกจำคุก กักขัง พิกการ พุพพลภาพ เจ็บป่วยเรื้อรัง ยากจน เป็นผู้เยาว์ หย่า ถูกทิ้งร้าง เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท
  - เด็กที่ผู้ปกครองมีพฤติกรรมหรือประกอบอาชีพไม่เหมาะสม อันอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการ ทางร่างกายหรือจิตใจของเด็กที่อยู่ในความปกครองดูแล
  - เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูโดยมิชอบ ถูกใช้เป็นเครื่องมือในการกระทำ หรือแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบ ถูกทารุณกรรม หรือตกอยู่ในภาวะอื่นใดอันอาจเป็นเหตุให้เด็กมีความประพฤติเสื่อมเสียในทางศีลธรรมอันดี หรือเป็นเหตุให้เกิดอันตรายแก่กายหรือจิตใจ
  - เด็กพิกการ
  - เด็กที่อยู่ในสภาพยากลำบาก
  - เด็กที่อยู่ในสภาพที่จำต้องได้รับการสงเคราะห์ตามที่กำหนดไว้ในกฎกระทรวง
9. เด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองสวัสดิภาพ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก มีกี่ประเภท อะไรบ้าง?
- เด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองสวัสดิภาพ ตาม พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก มี 3 ประเภท ได้แก่
    - เด็กที่ถูกทารุณกรรม
    - เด็กที่เสี่ยงต่อการกระทำผิด
    - เด็กที่อยู่ในสภาพที่จำต้องได้รับการคุ้มครองสวัสดิภาพตามที่กำหนดในกฎกระทรวง
10. ผู้โฆษณาหรือเผยแพร่ทางสื่อสารมวลชนหรือสารสนเทศ ซึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็กหรือผู้ปกครองจนทำให้เสียหาย ต้องระวางโทษอย่างไร ?
- ผู้โฆษณาหรือเผยแพร่ทางสื่อสารมวลชนหรือสารสนเทศ ซึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับตัวเด็กหรือผู้ปกครองจนทำให้เสียหาย ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่หกเดือนถึงสองปี หรือปรับตั้งแต่หนึ่งหมื่นถึงสี่หมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
11. การทารุณกรรม หมายถึงอะไร ?
- การทารุณกรรม หมายถึง การกระทำหรือละเว้นการกระทำด้วยประการใดๆ จนเป็นเหตุให้เด็กเสื่อมเสียเสรีภาพ หรือเกิดอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจ การกระทำผิดทางเพศต่อเด็ก การใช้เด็กให้ทำหรือประพฤติในลักษณะที่น่าจะเป็นอันตรายแก่ร่างกาย และจิตใจ หรือขัดต่อกฎหมาย หรือศีลธรรมอันดีทั้งนี้ไม่ว่าเด็กจะยินยอมหรือไม่ก็ตาม
12. คณะกรรมการคุ้มครองเด็กมีกี่ระดับ อะไรบ้าง
- คณะกรรมการคุ้มครองเด็กมี 2 ระดับ ได้แก่ระดับชาติ และระดับจังหวัด
13. กรณีที่พบเห็นเด็กชื้อ หรือเสพสุรา หรือบุหรี่ พนักงานเจ้าหน้าที่ต้องปฏิบัติอย่างไร ?
- กรณีที่เด็กชื้อ หรือเสพสุรา หรือบุหรี่ พนักงานเจ้าหน้าที่ต้องสอบถามเด็กเพื่อทราบข้อมูลเกี่ยวกับเด็ก และมีหนังสือเรียกผู้ปกครองมาร่วมประชุมเพื่อปรึกษาหารือ ว่ากล่าวตักเตือน ให้ทำทัณฑ์บน หรือมีข้อตกลงร่วมกันเกี่ยวกับวิธีการและระยะเวลา ในการจัดให้เด็กทำงานบริการสังคมหรือทำงานสาธารณประโยชน์
14. ผู้เป็นธุระจัดหา ล่อ หรือชักพาไปซึ่งได้ให้บุคคลนั้นกระทำการค้าประเวณีมีโทษอย่างไร ?
- ผู้เป็นธุระจัดหา ล่อไป หรือชักพาไปซึ่งบุคคลได้ให้บุคคลนั้นกระทำการค้าประเวณีต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่หนึ่งปีถึงสี่ปีและปรับตั้งแต่สองหมื่นบาทถึงสองแสนบาท
15. ถ้าบิดา มารดา หรือผู้ปกครอง มีส่วนร่วมรู้เห็นเป็นใจให้บุคคลนั้นให้บุคคลในความปกครองกระทำการค้าประเวณี มีโทษอย่างไร ?
- ถ้าบิดา มารดา หรือผู้ปกครอง มีส่วนร่วมรู้เห็นเป็นใจให้เด็กในความปกครองกระทำการค้าประเวณี ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่สี่ปีถึงสี่สิบปี และปรับตั้งแต่แปดหมื่นบาทถึงสี่แสนบาท

16. การทากรุณกรรมทางเพศต่อเด็ก หมายถึงอะไร ?

- การทากรุณกรรมทางเพศต่อเด็กหมายถึง การกระทำกิจกรรมทางเพศต่อเด็ก หรือใช้ให้เด็กกระทำ โดยที่เด็กไม่สามารถให้ความยินยอมพร้อมใจ หรือไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะเข้าใจการกระทำเหล่านี้

17. ถ้าเราพบเจอเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ เราควรแจ้งหน่วยงานใดบ้าง ?

- ถ้าเราพบเจอเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ เราควรแจ้งหน่วยงาน ดังนี้
  - สำนักงานประชาสงเคราะห์จังหวัดเชียงราย
  - มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก
  - สำนักงานอัยการจังหวัดเชียงราย
  - มูลนิธิพัฒนาชุมชนและเขตภูเขา
  - กองบังคับการตำรวจภูธรจังหวัดเชียงราย
  - โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

18. หน่วยงานพัฒนาภาคเอกชนที่ทำงานป้องกัน และช่วยเหลือเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศในจังหวัดเชียงราย มีที่ไหนบ้าง ?

- หน่วยงานพัฒนาภาคเอกชนที่ทำงานป้องกัน และช่วยเหลือเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศในจังหวัดเชียงราย มีดังนี้
  - มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก (ECPAT Foundation)
  - ศูนย์เพื่อน้องหญิง
  - องค์การแรงงานระหว่างประเทศ (ILO)
  - โครงการรักษ์เด็ก (ADRA)
  - มูลนิธิศูนย์ชีวิติใหม่
  - มูลนิธิพัฒนาชุมชนและเขตภูเขา
  - มูลนิธิเรือนร่วมเย็น

19. กรณีเด็กต้องถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย ต้องได้รับการช่วยเหลือจากใครบ้าง ?

- กรณีเด็กต้องถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย ต้องไปหา ทนายความ อัยการ ตำรวจ

20. กรณีเด็กต้องการบำบัดฟื้นฟู รักษาพยาบาล ต้องได้รับการช่วยเหลือจากใครบ้าง ?

- กรณีเด็กต้องการบำบัดฟื้นฟู รักษาพยาบาล ต้องไปหา แพทย์ พยาบาล นักจิตวิทยา หรือนักสังคมสงเคราะห์ของโรงพยาบาลทุกแห่ง

21. กรณีที่เด็กเป็นผู้เสียหาย ผู้ทำหน้าที่ในการสอบปากคำเด็ก ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มีใครบ้าง ?

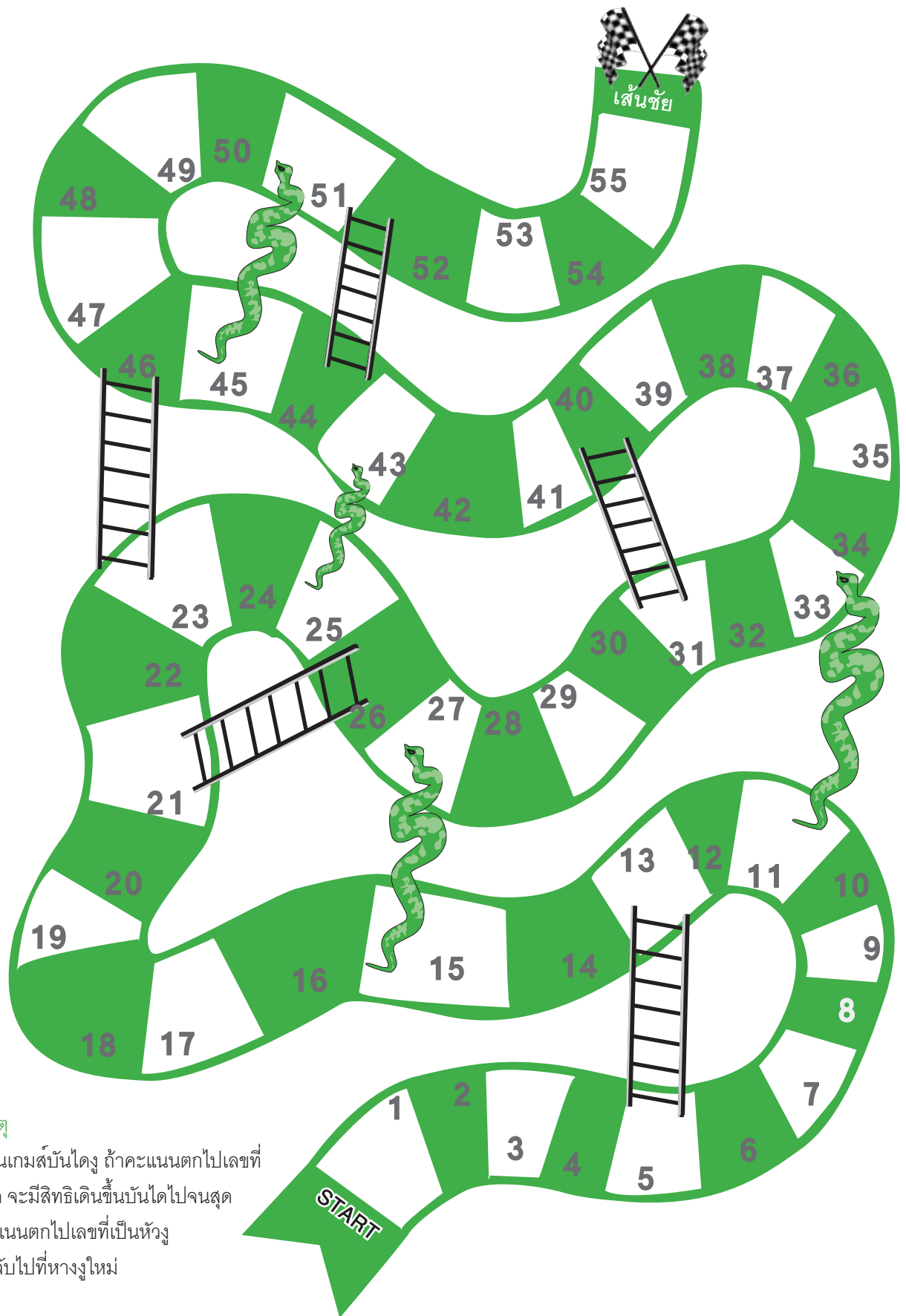
- กรณีที่เด็กเป็นผู้เสียหาย ผู้ทำหน้าที่ในการสอบปากคำเด็ก ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา ได้แก่ ตำรวจ (พนักงานสอบสวน) อัยการ นักจิตวิทยาหรือนักสังคมสงเคราะห์ บุคคลที่เด็กร้องขอ

22. รูปแบบของการค้ามนุษย์ มีอะไรบ้าง ?

- รูปแบบของการค้ามนุษย์มี ดังนี้
  - ค้ามนุษย์เพื่อบริการทางเพศ
  - ค้ามนุษย์เพื่อใช้แรงงานเยี่ยงทาส
  - ค้ามนุษย์เพื่อการแต่งงาน
  - ค้ามนุษย์เพื่อการขอทาน
  - ค้ามนุษย์เพื่อการทำผิดกฎหมาย

23. รูปแบบของการแสวงหาประโยชน์ทางเพศเชิงพาณิชย์จากเด็ก CSEC มีอะไรบ้าง ?
- รูปแบบของ CSEC มี ดังนี้
    - การค้าประเวณีเด็ก
    - สื่อลามกเด็ก
    - การใช้ประโยชน์ทางเพศจากเด็กในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว
    - การค้าเด็ก
24. บ้านพัก บ้านแรกรับ สำหรับเด็กที่ตกเป็นผู้เสียหาย ในจังหวัดเชียงรายมีที่ใดบ้าง ?
- บ้านพัก บ้านแรกรับ สำหรับเด็กที่ตกเป็นผู้เสียหาย ในจังหวัดเชียงรายมี ดังนี้
    - ศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีจังหวัดเชียงราย
    - มูลนิธิศูนย์ชีวิตใหม่
    - โครงการรักษ์เด็ก (ADRA)
    - ศูนย์พิทักษ์เด็กชนเผ่ากลุ่มน้ำโขง
    - มูลนิธิเรือนร่มเย็น
25. หน่วยงานในชุมชนที่สามารถให้ความช่วยเหลือผู้หญิง และเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ มีที่ใดบ้าง ?
- หน่วยงานในชุมชนที่สามารถให้ความช่วยเหลือผู้หญิง และเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ ได้แก่องค์กรบริหารส่วนตำบล สถานีอนามัยประจำตำบล สถานีตำรวจในท้องที่ หน่วยงานพัฒนาเอกชนในพื้นที่
26. หมายเลขโทรศัพท์แจ้งการมีเหตุด่วน เหตุร้าย เกี่ยวกับ CSEC มีหมายเลขอะไรบ้าง ?
- หมายเลขโทรศัพท์แจ้งการมีเหตุด่วน เหตุร้าย เกี่ยวกับ CSEC คือหมายเลข
    - 1507 สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเชียงราย
    - 1300 ศูนย์ประชาสัมพันธ์ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
    - 053-711300 ต่อ 1278 โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์
    - 191 หรือ 053-711437 กองบังคับการตำรวจภูธรจังหวัดเชียงราย
    - 053-671145 ศูนย์เพื่อน้องหญิง

# “บันไดงู รู้กฎหมาย และเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง”



## หมายเหตุ

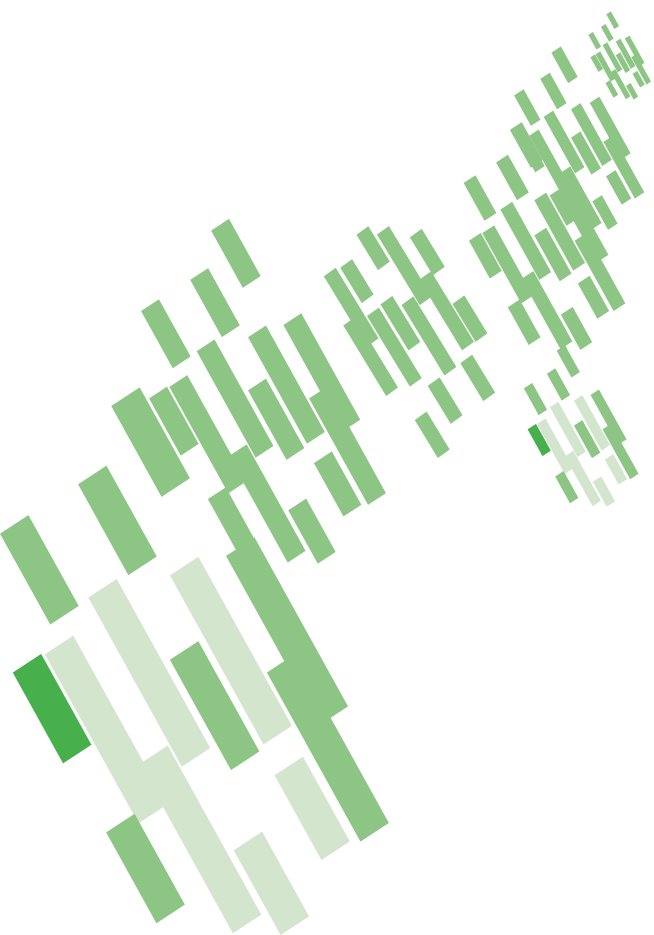
ในการเล่นเกมบันไดงู ถ้าคะแนนตกไปเลขที่เป็นบันได จะมีสิทธิเดินขึ้นบันไดไปจนสุด แต่ถ้าคะแนนตกไปเลขที่เป็นหัวงู จะต้องกลับไปที่ยางงูใหม่

### ข้อมูลในช่อง สำหรับการขึ้นบันได

- ข้อ 5 • ชอบ ติดตามข่าวสาร เพื่อให้รู้เท่าทันสถานการณ์ปัญหาการแสวงหาประโยชน์จากเด็ก
- ข้อ 21 • แจ้งผู้ใหญ่ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเมื่อพบการละเมิดสิทธิเด็ก
- ข้อ 23 • สามารถช่วยเพื่อนให้พ้นจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
- ข้อ 31 • ผ่านการอบรม «ค่ายวัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ»
- ข้อ 44 • เข้าร่วมเป็นแกนนำ ในการนำความรู้ที่ได้รับไปเผยแพร่ต่อในชุมชน และในโรงเรียน

## *ภาคผนวก*

---



## ภาคผนวก 1 กิจกรรม “เกมวัดดวง”

(เวลา 1 ชั่วโมง)

### วัตถุประสงค์

- เพื่อเป็นการทบทวนความรู้จากการอบรมในแต่ละวัน

### ขั้นตอน

1. จัดทำสรุปข้อมูลและคิดแบบคำถามจำนวน 16 คำถามซึ่งจะมีคำถามและคำตอบของการให้ความรู้เรื่องสิทธิเด็ก อนามัยเจริญพันธุ์ การค้ามนุษย์ และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก
2. จัดเตรียมป้ายผ้าขนาด 3 เมตร X 3 เมตร แบ่งเป็น 16 ช่อง ใส่พลาสติกใสในช่อง ที่ละช่องโดยเย็บติดผ้า
3. เขียนคำถามทั้ง 16 ข้อไว้ในกระดาษแข็งขนาดตามช่องของผ้าปิดทับด้วย อักษรไทย คำว่า “เกมวัดดวง”
4. แบ่งกลุ่มผู้เล่นออกเป็น 2 – 4 กลุ่ม ๆ ละ 7 คน
5. แจกแผ่นบิงโกให้แต่ละกลุ่มซึ่งจะมีตาราง ดังนี้

| ไก่ | เบ็ด | นก | แมว |
|-----|------|----|-----|
| 1   | 4    | 3  | 2   |
| 2   | 1    | 4  | 3   |
| 3   | 2    | 1  | 4   |
| 4   | 3    | 2  | 1   |

6. วิทยากร เตรียมจับลูกบิงโปง ที่มีเลข
- $$\begin{aligned} \text{ไก่ 1} - \text{ไก่ 4} &= 4 \text{ ลูก} \\ \text{เบ็ด 1} - \text{เบ็ด 4} &= 4 \text{ ลูก} \\ \text{นก 1} - \text{นก 4} &= 4 \text{ ลูก} \\ \text{แมว 1} - \text{แมว 4} &= 4 \text{ ลูก} \\ \text{รวม} &= 16 \text{ ลูก} \end{aligned}$$

นำใส่ในกล่องทึบ จับขึ้นมาอ่านทีละลูก

7. ผู้เล่นเกมแต่ละกลุ่ม นำสัญลักษณ์วางตามหมายเลขในแผ่นบิงโกที่เลือก แล้วแต่ทางวิทยากรจะตกลงให้แต่ละเกมว่าจะเลือก บิงโก แบบไหน เช่น แบบแนวนอน แนวตั้ง ทางขวางหรือมุมบน มุมข้างใน ซึ่งจะต้องมีการตั้งกติกาไว้ก่อนเล่นเกม
8. เมื่อกลุ่มไหน บิงโก ได้แล้ว ถือเป็นผู้ชนะ และต้องตอบคำถาม 1 ข้อ ในตารางบิงโกป้ายผ้าขนาดใหญ่ถ้าตอบได้ก็ได้คะแนน 5 คะแนน แต่ถ้าไม่ได้ โยนคำถามให้กลุ่มอื่นมีสิทธิตอบได้ ตอบไม่ครบหักคะแนน
9. สรุปคะแนนให้ผู้เข้าร่วมได้มีความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม

### ข้อเสนอแนะ

- คำถามสามารถเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม
- เตรียมผู้ช่วยในการตอบคำถามให้ชัดเจน

- การอ่านหมายเลข ควรอ่านให้ชัดเจน
- คำถามในแผ่นบิงโกไม่ควรที่จะเขียนติดถาวร
- ควรตรวจเช็คเพื่อความแน่ใจ เมื่อแต่ละกลุ่มบิงโก

### ข้อควรระวัง

1. วิทยากรต้องพยายามถาม และกระตุ้นให้เด็กอยู่ในเกม โดยใช้เวลาเป็นจุดกระตุ้นเด็ก
2. ป้ายผ้าควรมีขนาดใหญ่ และควรติดพลาสติกใสให้แน่น หรือเย็บ เพื่อจะใช้งานได้ทนทานมากขึ้น
3. ต้องมีพี่เลี้ยงประจำกลุ่ม คอยกระตุ้นและช่วยเช็คคะแนน
4. ควรมีคำตอบของคำถามแต่ละข้ออยู่ในมือเสมอ เพื่อความรวดเร็วและแม่นยำ

## “เกมวัดดวง”

คำเฉลย กิจกรรม “เกมวัดดวง”

| ไก่  | เป็ด   | นก   | แมว   |
|--|--|--|---|
| 10 จุดของผู้หญิง<br>ที่ควรระวังคือ ?                                 | เด็กหมายถึงอะไร ?  | ผลกระทบของการมี<br>เพศสัมพันธ์ก่อน<br>แต่งงานมีผล<br>อย่างไรบ้าง ?                     | สิทธิเด็กคืออะไร ?  |
| สิทธิเด็ก มีกี่ด้าน<br>อะไรบ้าง ?                                    | สถานที่ใดที่เสี่ยงต่อ<br>การมีเพศสัมพันธ์ ?                      | ควรทำอย่างไรถึงจะ<br>ป้องกันการถูกล่วง<br>ละเมิดทางเพศได้ ?                            | หน่วยงานที่ให้ความ<br>ช่วยเหลือด้านเด็ก<br>มีอะไรบ้าง ?           |
| ประโยชน์ของการ<br>ที่ไม่มีเพศสัมพันธ์<br>ก่อนแต่งงานมี<br>อะไรบ้าง ? | พ.ร.บ.คุ้มครองเด็ก<br>หมายถึงอะไร ?                              | ท่านสามารถบอก<br>ได้ไหมว่าชั้นไหน<br>นำไปสู่การมี<br>เพศสัมพันธ์<br>มีอะไรเป็นปัจจัย ? | อนามัยการ<br>เจริญพันธุ์<br>คืออะไร ?                             |
| ถ้าเราเป็นผู้ชาย<br>เราจะให้เกียรติ<br>ผู้หญิงเช่นไร ?               | เมื่อถูกชักชวนให้ไป<br>มีเพศสัมพันธ์เรามีวิ<br>ถีปฏิเสธอย่างไร ? | อนุสัญญาว่าด้วย<br>สิทธิเด็ก ประเทศไทย<br>ได้ลงนามรับรอง<br>ปี พ.ศ. ไหน ?              | เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเรามี<br>การเปลี่ยนแปลง<br>อะไรบ้างในร่างกาย ? |

## 10 จุดของผู้หญิงที่ควรระวังคือ ?

1. แก้ม
2. ริมฝีปาก ลิ้น
3. ซอกคอ
4. ฝ่ามือ
5. แขน
6. ต้นแขน
7. หน้าอก
8. หน้าท้อง
9. อวัยวะเพศ
10. ต้นขา

## เด็กหมายถึงอะไร ?

- เด็กหมายถึงบุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี บริบูรณ์ แต่ไม่รวมถึงผู้ที่บรรลุนิติภาวะด้วยการสมรส

## ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมีผลอย่างไรบ้าง ?

- ผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมีผล มีดังนี้
  1. เสียใจ...เสียตัว และเสียอนาคต
  2. กังวล และไม่สบายใจ
  3. ตั้งท้องโดยไม่พร้อม
  4. ติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
  5. พ่อแม่ผิดหวัง และเสียใจ
  6. สังคมไม่ยอมรับ

## สิทธิเด็กคืออะไร ?

- สิทธิเด็กคือ สิ่งที่มีพึงได้ของเด็ก อำนาจอันชอบธรรม

## สิทธิเด็ก มีกี่ด้าน อะไรบ้าง ?

- สิทธิเด็ก มี 4 ด้าน ได้แก่
  1. ด้านการอยู่รอด
  2. ด้านการปกป้องคุ้มครอง
  3. ด้านการพัฒนา
  4. ด้านการมีส่วนร่วม

## สถานที่ใดที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ?

- สถานที่ใดที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์คือ
  1. อยู่ด้วยกันตามลำพังระหว่างชายหญิง ปล่อยให้มีการถูกเนื้อต้องตัวกัน
  2. สถานบันเทิง
  3. หอพัก
  4. ไปเที่ยวบ้านเพื่อนชาย

## ควรทำอย่างไรถึงจะป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศได้ ?

1. รู้จักปฏิเสธ เมื่อเราถูกแฟนคุกคามทางเพศ ต้องพูดดังๆว่า “อย่า” พร้อมกับแสดงท่าทีว่าไม่พอใจ หากเราพูดเบาๆ ในลำคอ แฟนของเราอาจเข้าใจว่าเราไม่ปฏิเสธ

2. ลูกหนีทันที ขณะที่เราพูดปฏิเสธ ต้องอย่าพูดเฉยๆ ควรลูกหนีจากตรงนั้นทันที
3. ต้องมีสติ หากไปเที่ยวกับแฟน ไม่ควรดื่มเหล้า หรือใช้ยาเสพติดเพราะจะทำให้เราขาดสติ และไม่สามารถควบคุมตนเองได้
4. ไปในที่ปลอดภัย ไม่ว่าจะไปที่ไหน ควรอยู่ในที่ที่เรายังสามารถมองเห็นเพื่อนคนอื่นๆ ด้วย และต้องรู้วิธี กลับบ้านตนเอง
5. วางแผนและตัดสินใจ ควรคิดตัดสินใจไว้ก่อนว่า เราพร้อมจะใกล้ชิดกับแฟนแค่ไหน ในเมื่อเราไม่พร้อม จะมีเพศสัมพันธ์ เช่น ถ้าแฟนขอจับมือ เราจะยอมหรือไม่

### หน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือด้านเด็กมีอะไรบ้าง ?

- หน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือด้านเด็ก
  - สำนักงานประชาสงเคราะห์จังหวัดเชียงราย
  - มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก
  - สำนักงานอัยการจังหวัดเชียงราย
  - มูลนิธิพัฒนาชุมชนและเขตภูเขา
  - กองบังคับการตำรวจภูธรจังหวัดเชียงราย
  - โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์

### ประโยชน์ของการที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมีอะไรบ้าง ?

- ประโยชน์ของการที่ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานมีดังนี้
  1. ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์ (ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์)
  2. ปลอดภัยจากความเจ็บปวดที่ต้องยกลูกของตนให้เป็นบุตรบุญธรรมของคนอื่น
  3. ปลอดภัยจากปัญหาทางกายและทางอารมณ์ เกี่ยวเนื่องจากการทำแท้ง
  4. ปลอดภัยจากโรคติดต่อสัมพันธ์
  5. ปลอดภัยจากความเสี่ยงและผลข้างเคียงของยาคุมกำเนิดและเครื่องช่วยในการคุมกำเนิด
  6. ปลอดภัยจากการแต่งงานเร็วเกินไป
  7. ปลอดภัยจากการถูกขูดรีดผลประโยชน์โดยไม่ได้ตั้งใจ
  8. ไม่ได้ทำอันตรายต่อระบบสืบพันธุ์ของตนเอง (หรือของคนอื่น)
  9. ปลอดภัยจากอุปสรรคที่จะก้าวไปสู่เป้าหมายของชีวิต
  10. เป็นการง่ายที่จะสร้างความไว้วางใจกันให้มากขึ้นในชีวิตสมรส
  11. มีความสุขกับการเป็นวัยรุ่นโดยไม่มีปัญหาที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์

### พ.ร.บ. คุ้มครองเด็กหมายถึงอะไร ?

- พ.ร.บ. คุ้มครองเด็กหมายถึง เด็กที่ต้องได้รับการสงเคราะห์ ได้แก่
  - เด็กเร่ร่อน หรือเด็กกำพร้า
  - เด็กที่ถูกทอดทิ้ง หรือพลัดหลง ณ ที่ใดที่หนึ่ง
  - เด็กที่ผู้ปกครองไม่สามารถอุปการะเลี้ยงดูได้ด้วยเหตุใดๆ เช่น ถูกจำคุก กักขัง พิกการ พุพพลาภาพ เจ็บป่วยเรื้อรัง ยากจน เป็นผู้เยาว์ หย่า ถูกทิ้งร้าง เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท

- ▶ เด็กที่ผู้ปกครองมีพฤติกรรมหรือประกอบอาชีพที่ไม่เหมาะสม อันอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางร่างกายหรือจิตใจของเด็กที่อยู่ในความปกครองดูแล
- ▶ เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูโดยมิชอบ ถูกใช้เป็นเครื่องมือในการกระทำ หรือแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบ ถูกทารุณกรรม หรือตกอยู่ในภาวะอื่นใดอันอาจเป็นเหตุให้เด็กมีความประพฤติเสื่อมเสียในทางศีลธรรมอันดี หรือเป็นเหตุให้เกิดอันตรายแก่กายหรือจิตใจ
- ▶ เด็กพิการ
- ▶ เด็กที่อยู่ในสภาพยากลำบาก
- ▶ เด็กที่อยู่ในสภาพที่จำเป็นต้องได้รับการสงเคราะห์ตามที่กำหนดไว้ในกฎกระทรวง

### ท่านสามารถบอกได้ไหมว่าขั้นไหนนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ มีอะไรเป็นปัจจัย ?

- ขั้นที่ 4 ขึ้นไป เสี่ยงต่อการที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ ความรู้สึกเมื่อมีเพศสัมพันธ์ หญิงจะคิดถึงความรัก ความเป็นเจ้าของ ชายเป็นความใคร่ ไม่ค่อยมีความผูกพัน หญิงมองว่าชายชอบหญิงตรงความสวยงาม เซ็กซี่ หุ่นดี แต่งตัวเก่ง นุ่งสายเดี่ยว ชายชอบมองหญิงสวย คางสาวสวย หุ่นดี แต่เลือกคู่ครองที่มีความเป็นกุลสตรี งามทั้งกายงามทั้งใจ

### อนามัยการเจริญพันธุ์คืออะไร ?

- อนามัยเจริญพันธุ์ คือ ความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการหน้าที่การเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ของหญิงและชาย ในทุกช่วงของชีวิต ซึ่งอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข

### ถ้าเราเป็นผู้ชายเราจะให้เกียรติผู้หญิงเช่นไร ?

- เข้าใจความเปลี่ยนแปลงของตนเอง รู้จักควบคุมตนเอง
- ไม่เอาเปรียบเพศตรงข้ามและให้เกียรติซึ่งกันและกัน

### เมื่อถูกชักชวนให้ไปมีเพศสัมพันธ์เรามีวิธีปฏิเสธอย่างไร ?

เมื่อถูกชักชวนให้ไปมีเพศสัมพันธ์เราควรปฏิเสธดังนี้

- ฉันยังไม่พร้อม
- ฉันว่าเรารอก่อนได้
- ชีวิตของฉันไม่จำเป็นต้องรีบร้อนขนาดนั้น
- เราน่าจะรู้จักกันดีกว่านี้
- คนรักกันจริงเขาไม่ทำอย่างนี้หรอก
- ฉันไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์อย่างฉาบฉวย
- ถ้ารักกันต้องเลิกทำเรื่องแบบนี้
- ฉันไม่อยากทำร้ายตนเอง
- ที่เกิดเรื่องก็เพราะครั้งเดียวนี้แหละ
- เสียโอกาสดีๆ ที่จะได้รับในอนาคต
- ฉันไม่อยากติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ฉันกลัวท้อง
- ฉันกลัวจะรับปัญหาที่ตามมาไม่ไหว
- พ่อแม่อาจเสียใจ
- พุดด้วยความนิ่มนวล และพุดด้วยเหตุผล

## อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ประเทศไทยได้ลงนามรับรองปี พ.ศ. ไหน ?

- 12 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2535

## เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเรามีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างในร่างกาย ?

ส่วนต่างๆของร่างกายจะมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วทั้งในเพศชายและเพศหญิง เช่น ความสูง น้ำหนักตัว แขนขายาวขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนเพศทำให้หญิงมีสิ่ว หน้าอกโตขึ้น สะโพกขยายขึ้น มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ และอวัยวะเพศ มีประจำเดือน ส่วนเด็กผู้ชายจะมีสิ่ว เสียงแตก มีหนวดเครา มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ และอวัยวะเพศ และมีฝั้นเปียก ซึ่งการเปลี่ยนแปลงหลายๆ ดังกล่าวอาจเป็นสาเหตุของความกังวลใจ และความยากลำบากของวัยรุ่น ในการปรับตัวตามมา เด็กผู้หญิงจะเป็นสาวเร็วกว่าเด็กผู้ชาย

ระหว่างนี้อาหารและการออกกำลังกาย เป็นสิ่งที่จำเป็นมาก เพราะร่างกายต้องใช้พลังงานอย่างมากในการเจริญเติบโต จึงควรรับประทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ และออกกำลังกายจะทำให้อวัยวะต่างๆ แข็งแรง มีสมรรถภาพในการทำงานมาก ข้อสำคัญช่วยบรรเทาความเครียด ความวิตกกังวล และอาการนอนไม่หลับ อันเกิดจากความวิตกกังวลเกี่ยวกับร่างกายของตนเองได้ด้วย

## ภาคผนวก 2 กิจกรรม “ทักษะการป้องกันตัวเอง”

(เวลา 45 นาที)

### สาระสำคัญ

รู้ถึงทักษะกระบวนการการป้องกันตนเองจากภัยที่จะเกิดขึ้น และสามารถให้ความช่วยเหลือผู้อื่นได้

### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีทักษะการต่อรอง และสามารถป้องกันตัวเองได้

### ขั้นตอน

- ให้ผู้เข้าอบรมบอกเล่าถึงสถานการณ์เสี่ยงที่จะเกิดขึ้นกับตนเอง จากคนแปลกหน้าและคนใกล้ตัวภัยจากคนแปลกหน้า

### ควรใช้หลักคำถาม

1. ก่อนจะไปที่ใดควรบอกผู้ใหญ่รับรู้ว่าจะไปที่ใด และไม่ควรเปลี่ยนจุดหมาย
2. จะไปที่ใดควรมีเพื่อนไปด้วยเสมอ
3. อย่าใจอ่อนไว้ใจ เชื่อคนแปลกหน้า
4. เมื่อมีคนแปลกหน้าชวนเราไปไหนด้วย ควรใช้คำถาม
  1. เราารู้สึกดีหรือไม่ถ้าเราไปกับเขา
  2. ผู้ใหญ่จะรู้หรือไม่ถ้าเราไปกับเขา
  3. หากเกิดเหตุร้ายขึ้นใครจะช่วยเราได้
5. เมื่อมีบุคคลใกล้ชิดมาสัมผัสและเรารู้สึกอึดอัดใช้หลัก WHY NO GO TELL
  - WHY : ทำไมเขาถึงมาสัมผัสเรา
  - NO : ปฏิเสธสัมผัสที่ทำให้เราอึดอัด หรือไม่ชอบ
  - GO : รีบไปหาผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ
  - TELL : เล่าเรื่องที่เกิดขึ้นให้ผู้ใหญ่ฟังหากครั้งแรกยังไม่เชื่อให้พยายามจนกว่าผู้ใหญ่จะเชื่อและช่วยเหลือ

### สื่อ / อุปกรณ์

1. บัตรคำ
2. การแสดงบทบาทสมมติ

### ตัวอย่างละคร

แสดงละครเพื่อให้เห็นถึงสถานการณ์บางอย่างที่ไม่ใช่การลวงละเมิดทางเพศ แต่เป็นสถานการณ์ที่อาจจะนำเด็กๆ ให้ตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงได้

## เรื่อง “ชายغامทาง”

(ริมถนนในซอยแห่งหนึ่ง มีคนขายไอศกรีมเข็นรถผ่านมา โดยมี ด.ญ.แนน เดินออกมาเพื่อซื้อไอศกรีม)

คนขาย : ไอติมกะทิเจ้า.....ร้อนๆ กินดี ชุ่มคอ ชื่นใจ

ด.ญ.แนน : พี่ๆ เอาไอติมกะทิหน้าถั่วแดงกับลูกชิด ถ้วยละเท่าไร ?

คนขาย: สองอย่าง 15 บาทจ๊ะ

ด.ญ.แนน : โอ้โฮ....แพงจัง เมื่อก่อนซื้อแค่ 10 บาทเอง

คนขาย: โอ้..หนู เดียวนี้ของมันแพง

ด.ญ.แนน : งั้นเอาไว้วันหลังค่อยซื้อแล้วกัน

(แนนกำลังจะเดินกลับบ้าน ผู้ชายคนหนึ่งใส่เสื้อยืด ผูกเนคไท มีโทรศัพท์มือถือถือเดินเข้ามาหาแนน)

ผู้ชาย : ี่ หนู หนูอยู่ในซอยนี้หรือเปล่า ?

ด.ญ.แนน : ค่ะ

ผู้ชาย : งั้นหนูคงพอบอกทางให้พี่ได้นะ คือ พี่มาหาเพื่อน เขาบอกว่าบ้านเขาอยู่ที่ซอยติดกับวัดหนูพอจะรู้จักไหม

ด.ญ.แนน : รู้ รู้ พี่...เนี่ย พี่เดินตรงไปเรื่อย ๆ เลยนะ พอพี่เห็นป้ายโค้กใช้มะ พี่ก็เลี้ยวซ้ายนั่นแหละวัด.....

ผู้ชาย : พี่เข้าไปที่หนึ่งแล้วนะ แต่หาไม่เจอ หนูพาไปหน่อยไม่ได้หรือ นี่ เดี่ยวพี่ให้ตั้งค้ไปกินขนมนะ

## (ภาพนิ่ง)

74

ถาม

1. พี่ผู้ชายในเรื่องเป็นคนแปลกหน้าสำหรับแนนหรือไม่ ?
2. ทำไมจึงเรียกว่าคนแปลกหน้า ?
3. ถ้าหากน้องแนนเคยเห็นหน้าเขามาก่อน เช่นเคยแถวบ้าน ในจอโทรทัศน์ หรือตามหน้าหนังสือพิมพ์ แล้วชายคนนี้ยังเป็นคนแปลกหน้าสำหรับแนนหรือไม่ ?
  - **ตอบ = เป็น** เพราะแม้ว่าแนนจะเคยเห็นหน้า หรือแม้แต่จะรู้จักเขาจากสื่อต่าง ๆ แต่ที่ไม่มีผู้ใหญ่ที่แนนรู้จักเป็นอย่างดีแนะนำผู้ชายคนนี้ให้แนนรู้จักเป็นส่วนตัวก็นับว่าผู้ชายคนนี้เป็นคนแปลกหน้า
4. ในเมื่อพี่คนนี้เป็นคนแปลกหน้า แนนควรไปกับเขาหรือไม่ ?
  - **ตอบ = ไม่ควร** เพราะอาจจะเกิดอันตรายได้
  - 1. (คำถามระดมสมอง) น้อง ๆ คิดว่าแนนควรจะรู้สึกอย่างไรในการที่จะทำอะไรให้คนแปลกหน้า
  - 2. (คำถามระดมสมอง) น้อง ๆ คิดว่าก่อนที่แนนจะตัดสินใจไปกับคนแปลกหน้านั้นแนนควรจะถามตัวเองว่ายังไง (คำตอบอาจมีหลากหลาย เช่น ไปแล้วจะปลอดภัยไหม พ่อแม่จะรู้ไหมว่าเราหายไปไหน ถ้ามีเหตุร้ายร้ายใครจะช่วยเรา เป็นต้น แต่ในที่สุดวิทยากรควรจะสามารถสรุปออกมาให้เป็นประเด็น “คำถาม 3 ข้อ” แล้วเขียนบนกระดานขลุ่ย)

### ข้อที่ 1 เราารู้สึกดีหรือไม่ ?

(คำอธิบาย บางครั้ง คนแปลกหน้าอาจจะดูเหมือนว่าต้องการความช่วยเหลือจริงๆ น้อง ๆ อาจจะรู้สึกดีที่จะได้ช่วยเหลือผู้อื่น ความรู้สึกดี ๆ เป็นความรู้สึกที่ปลอดภัยความรู้สึกที่ไม่ดีเป็นความรู้สึกที่ไม่ปลอดภัย)

### ข้อที่ 2 ถ้าเราทำตามที่คนแปลกหน้าขอ ผู้ใหญ่ที่เราไว้ใจ (ผู้ปกครอง) จะรู้ไหมว่าเราไปไหน ?

(อธิบาย ผู้ใหญ่ที่เราไว้ใจได้คือใครบ้าง? (พ่อ แม่ ครูบางคน ญาติผู้ใหญ่บางคน ฯลฯ) ผู้ใหญ่เหล่านี้มีความห่วงใยในความปลอดภัยของเราเสมอ ดังนั้นก่อนที่เราจะไปไหน เราควรแน่ใจว่าผู้ใหญ่ที่เราไว้ใจได้จะอนุญาตให้เราไป เพื่อความปลอดภัยของเราเอง)

### ข้อที่ 3 ถ้าเกิดเหตุร้ายขึ้น จะมีใครสามารถช่วยเหลือเราได้หรือไม่ ?

(อธิบาย แม้ว่าผู้ใหญ่ที่เรารู้จักจะอนุญาตให้เราไปกับคนแปลกหน้าแล้ว แต่ถ้าคนแปลกหน้าหันมาทำร้ายเราเราจะไม่มีใครช่วยเราไหม)

**อธิบายเพิ่มเติม** ถ้าผู้เข้าร่วมอบรมตอบคำถามเหล่านี้ด้วยคำว่า ไม่ แม้แต่ข้อเดียว ไม่ว่าจะข้อ 1 2 หรือ 3 ก็ไม่ควรไปกับคนแปลกหน้า หรือทำตามที่คนแปลกหน้าขอร้องเป็นอันขาด

#### คุณครต่อ

(แนวกำลึงจะเดินกลับบ้าน ผู้ชายคนหนึ่งใส่เสื้อยืด ผูกเนคไท มีโทรศัพท์มือถือถือเดินเข้ามาหาแนน)

ผู้ชาย : นี่ หนู หนูอยู่ในซอยนี้หรือเปล่า ?

ด.ญ.แนน : ค่ะ

ผู้ชาย : หนูคงพอบอกทางให้พี่ได้นะ คือ พี่มาหาเพื่อน เขาบอกว่าบ้านเขาอยู่ซอยติดกับวัดหนูพอจะรู้จักไหม

ด.ญ.แนน : รู้พี่ ...เนี่ย พี่เดินตรงไปเรื่อยๆ เลยนะ พอพี่เห็นป้ายไค้กั้ชิมะ พี่ก็เลยช้ายนันแหละวัด....

ผู้ชาย : พี่เข้าไปที่หนึ่งแล้วนะ แต่หาไม่เจอ หนูพาไปหน่อยไม่ได้หรือ นี่ เดียวพี่ให้ตั้งค้กั้กินขนมนะ (แนนทำท่าจะตกลงพาคนแปลกหน้าเดินไป แต่ทันใดนั้นเองก็เกิดฉุกคิดถึงคำถาม 3 ข้อ มีเสียงความคิดตั้งขึ้นมา)

\* **ความคิด 1\*** เดียวสิ ก่อนจะไป ตอบคำถามก่อนสิว่าเธอรู้สึกดีหรือไม่ดี ?

ด.ญ.แนน : ก็ดีนี่นา พี่เขาดูใจดีออก คงไม่เป็นไรมั้ง

\* **ความคิด 2\*** เดียว เดียวถ้าเธอทำตามที่เขาขอ แล้วผู้ใหญ่ที่เธอไว้ใจจะรู้หรือเปล่านั้นเธออยู่ที่ไหน ?

ด.ญ.แนน : ผู้ใหญ่ที่ไว้ใจ...คุณแม่ฉันนะหรือ คุณแม่ฉันคงคิดว่าฉันออกมาซื้อไอติมหน้าปากซอย แต่คุณแม่คงไม่รู้หรือว่าฉันไปไหนต่อ

\* **ความคิด 3 \*** ถ้าเธอทำตามที่คนแปลกหน้าขอแล้วเกิดเหตุร้ายขึ้น เธอแน่ใจไหมว่าจะมีคนมาช่วยในทันที

ด.ญ.แนน : จริงด้วยสิ ถ้าเกิดอะไรขึ้น คงไม่มีใครช่วยเราได้แน่ๆเลย

\* **ความคิด 1+2+3 \*** ช้ะ ถ้าอย่างนั้น เธอจะบอกกับชายแปลกหน้าว่ายังไง ?

ด.ญ.แนน : เออ...พอดีแม่สั่งไว้ว่าให้รีบกลับบ้าน พี่ถามคนอื่นก็แล้วกันนะ (แนนวิ่งกลับบ้าน)

#### ถามผู้เข้าอบรม

1. จากละครที่ดูจบไปนั้น น้องๆทราบหรือไม่ว่าทำไม ด.ญ.แนนจึงไม่ทำตามที่เขาแปลกหน้าขอ (เพราะด.ญ.แนนลองใช้คำถาม 3 ข้อแล้วมีคำตอบว่า “ไม่”)
2. คำถาม 3 ข้อได้แก่อะไรบ้าง ?
3. กติกาในการใช้คำถาม 3 ข้อคืออะไร ?

#### สรุป

1. ก่อนจะไปทีใดควรให้ผู้ใหญ่รู้ว่าจะไปไหน กับใคร อย่างไร จะกลับเมื่อไร และอย่าเปลี่ยนแปลงจุดหมาย
2. ควรมีเพื่อนไปไหนด้วยเสมอ
3. เมื่อมีคนแปลกหน้าชวนเราไปด้วย เราควรใช้คำถาม 3 ข้อ
4. เมื่อมีบุคคลใกล้ชิดมาสัมผัสเราและเรารู้สึกอึดอัดให้เข้หลัก WHY NO GO TELL

WHY - ทำไมเขาถึงมาสัมผัสเรา

NO - ปฏิเสธสัมผัสที่ทำให้เราไม่ชอบหรือรู้สึกอึดอัด

GO - รีบไปหาผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้

TELL - เล่าเรื่องที่เกิดขึ้นให้ผู้ใหญ่ฟัง หากครั้งแรกยังไม่เชื่อให้พยายามจนกว่าผู้ใหญ่ จะเชื่อและช่วยเหลือ

## ภาคผนวก 3 เพลงที่ใช้ประกอบการอบรม

### “เด็กดั่งดวงดาว”

C Am  
เมื่อดาวหนึ่งดวง ร่วงลงจากฟ้า  
Dm ... G7 .... C  
จะมีดวงตา เกิดขึ้นมาบนโลกนี้แทน  
Am C  
เป็นเด็กผู้หญิง เป็นเด็กผู้ชาย  
Dm G7 ..... C  
ส่องแววประกาย เด็กมีความหมายเช่นดาว  
C Am  
\* พวกเราจะโต ไม่นานหรอกหนา  
Dm G7 C  
เราจะอาสา เติบโตมา ดูแลโลกแทน  
Am C Dm  
ปกป้องป่าไม้ ภูเขา แม่น้ำ ไม่มีสงคราม  
G7 C  
หากทำตามความฝันของเด็ก  
F G C/Em/Am  
\*\* ยังมีพวงนี้ ย่อมมีความหวัง  
Dm G7 C  
เด็กคือพลัง เป็นความหวังแห่งวัน  
F G7 C/Em/Am  
อย่าทำลายฝัน อย่าปิดกั้นไฟ  
Dm G7 C  
เด็กมีหัวใจ ผู้ใหญ่ช่วยระวัง

### “Hello”

C Dm  
Hello hello...how are you?  
G  
you are my friend  
C  
and I love you.  
Dm  
Hello hello...how are you?  
G  
you are my friend  
C G C  
and I love you.

### “โই้เพื่อนรัก”

C  
โই้เพื่อนรัก เรามาพบกัน  
G C  
สวัสดี สวัสดี  
F C  
สบายดีหรือ สบายดี  
G C  
เรายินดีที่ได้พบกัน  
G C  
เรายินดีที่ได้พบกัน

### “ยิ้มนี้เพื่อเธอ”

C Am  
\*\*ยิ้มนี้เพื่อเธอ ยิ้มเสมอเมื่อเจอกัน  
Dm G C  
ยิ้มนี้เพื่อเธอ ยิ้มเสมอเมื่อเจอกัน  
หากเรายิ้มให้กัน โลกเบิกบานเป็นล้านปี  
หากเราเศร้าซี้ว โลกนี้คงมืดดำ  
อย่ามัวเจ็บช้ำ ช้ำในดวงใจ  
G  
ลืมเถิดลืมมันไป เรามายิ้มให้กัน (2 รอบ)

### “น่ารักจัง”

Dm G  
บอกกับคนซ้ายมือว่าน่ารักจัง  
C Am  
บอกกับคนขวามือว่าน่ารักจัง (2 รอบ)  
F G  
บอกกับทุกคน ทุกคน  
Em Am  
บอกกับทุกคน ไม่เว้นสักคน  
Dm G C  
บอกกับทุกคน ทุกคน ว่าน่ารักจัง



## “งอก”

C F  
งอกขึ้นมา งอกขึ้นมา  
G C  
ความรักยิ่งใหญ่ในใจฉัน (2 รอบ)  
G F  
ตั้งทะเลคลื่นซัดเข้ามา  
G C  
ความรักยิ่งใหญ่ในใจฉัน (2 รอบ)

## “คุณคือส่วนหนึ่งของความสำเร็จ”

คุณคือคนที่สำคัญ จะอยู่แห่งไหนไม่หวั่น มาร่วมกันสร้างโลกใหม่  
รวมดวงใจหลายๆ ดวงมาร้อยกันเป็นห่วง เหมือนดั่งดวงหฤทัย  
จะก่อเกิดเป็นพลังจะอยู่คนเดียวโดยลำพัง จะหยัดย่นได้ไหม  
เรา.. มารวมกัน เรา...มารวมใจ เรา... จะก้าวไป  
ไปสู่ฝัน..... เพื่อเยาวชน

## “พลัง”

เธอ... เธอเป็นคนหนึ่ง ที่จะซาบซึ้ง ถึงน้ำใจ  
เจ้านำรักนั้นมาให้ รักที่สดใส  
บรรเจิดตา ฟ้า... ฟ้า ย่อมลลิต ทางแห่งชีวิตที่ให้มา  
รวมกัน รักมีคุณค่า ยากที่จะหาใดเทียมทัน...  
หยุดหนึ่งแห่งกาลเวลา ที่เราได้มาร่วมกัน  
ทำงานเพื่อสถาบัน  
พวกเราเท่านั้น คือหัวใจ  
รวม.. รวมกันเราอยู่ หากมีศัตรู หรือโศกภัย ทำลาย  
รักเราไม่ได้ ด้วยสิ่งสุดท้าย....คือพลัง...



คู่มือการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน

# วัยใส ร่วมใจ ป้องกันภัยทางเพศ



## ECPAT Foundation

มูลนิธิเพื่อยุติการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็ก

ที่อยู่ : 426/22 หมู่บ้านกกกแล

ตำบลริมกก อำเภอเมือง

จังหวัดเชียงราย 57100

โทรศัพท์ : 053 750167

แฟกซ์ : 053 750164

อีเมลล์ : [ecpatk@loxinfo.co.th](mailto:ecpatk@loxinfo.co.th)

เว็บไซต์ [www.ecpat-thailand.org](http://www.ecpat-thailand.org)